

༄།།བོད་ཀྱི་ནང་བསྟན་དཔེ་ཚོགས་ལྟེ་གནས་།།

Tibetan Buddhist Resource Center

Text Scan Input Form - Title Page

Work:	W8LS77524	ImageGroup:	I8LS77526
LCCN:	n/a	ISBN:	n/a

Title:	<p>གཞི་ལམ་འབྲས་གསུམ་གྱི་ཕུག་རྒྱ་ཆེན་པོའི་ངོ་བོ་ལས་བརྒྱམས་པའི་ཤེས་རབ་བདག་འཛིན་</p> <p>གཉིས་གྱི་གྲགས་འདེབས།</p> <p>gzhi lam 'bras gsum gyi phyag rgya chen po'i ngo bo las brtsams pa'i shes rab bdag 'dzin gnyis kyi gshags 'debs/</p>
Author:	<p>བློ་བཟང་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཚན</p> <p>blo bzang chos kyi rgyal mtshan</p>
Descriptor:	Digital images of the text are made available through the kind support of Great Enlightenment Buddhist Institute Society (GEBIS) in Canada
Original Publication:	n/a;n/a
Place:	[s.l.]
Publisher:	[s.n.]
Date:	[n.d.]
Volume:	1
Total Volumes:	1
TBRC Pages:	2
Introductory Pages:	n/a
Text Pages:	n/a
Scanning Information:	Scanned at Tibetan Buddhist Resource Center, 1430 Massachusetts Ave, 5th Floor Cambridge, MA 02138.



༡༡། །གནི་ལམ་འབྲས་གསུམ་གྱི་ཕུག་ཀྱི་ཆེན་པོའི་ངོ་བོ་ལས་

བརྩམས་པའི་ཤེས་རབ་བདག་འཛིན་གཉིས་ཀྱི་

གཤགས་འདེབས།

༡༢། ལྷ་མ་ལྷག་པའི་ལྷ་ལ་ཕྱག་འཆིལ་ལོ། གཞི་ལམ་འབྲས་གསུམ་ཕྱག་ཆེན་ནི། རོ་བོ་ངོས་འཛིན་  
 འདི་ལྟར་རོ། །ཁམས་གསུམ་མེས་ཅན་ཐམས་ཅད་དང་། །ཁྱད་པར་རང་གི་མེས་ཅན་ཉིད་ནི། ཐོག་མེད་  
 གཏན་མེད་དུས་རང་ནས། མ་རིག་མེས་ཅན་ནམ་གྲུབ་དུས། མེས་ཅན་གྱི་གནས་ལྷགས་ལྷན་ཅིག་གནས། །  
 དེ་ནི་གཞི་ལི་ཕྱག་ཆེན་ཡིན། མ་རྟོགས་པ་རྣམས་བདེན་པར་འཛིན། རེ་ཡིས་དཔའ་ལའོར་བར་འབྱམས།  
 དེ་ཡི་དངོས་གཉེན་བདག་མེད་དེ། རོ་བོས་སྐྱོད་གསུམ་པའི་ཞེས་རབ་ཡིན། རེ་ལས་གཞན་དུ་གཉེན་པོ་མེད།  
 ས་བཅུ་ནས་བཟུང་གོག་སྒྲུབ་བར། །འཆིབས་དུས་སྐྱོད་གསུམ་ལས། རེ་ཡང་གཞི་ལི་ཕྱག་ཆེན་ཡིན། །  
 བསྐྱེད་པའི་འོད་གསལ་དེ་བསྐྱེད་ནས། མཉམ་གཞག་དང་དུ་མམ་འཛིན་པ། རེ་ནི་ལམ་གྱི་ཕྱག་ཆེན་  
 དང་། གཞན་ཡང་མཉམ་གཞག་ལ་གནས་ནས། སྒྲོམ་མེད་ཞེས་རབ་བསྐྱེད་པ་ནི། ལམ་གྱི་ཕྱག་ཆེན་ལྟ་  
 བཟེར། རེ་ཉིད་འཁྱལ་མེད་མཛོན་གྱུར་ན། །འབྲས་བུའི་ཕྱག་ཆེན་མཐོང་ལམ་ཟེར། རེ་ཉིད་བརྟན་ཞིང་  
 སྤེལ་སྒྲོམ་ལས། བསྐྱེད་པའི་ལམ་དང་སྒྲོབ་ལམ་ཟེར། ཞེས་སྒྲིབ་དག་པར་གྱུར་པ་ན། མ་སྒྲོབ་འབྲས་བུ་  
 མཛོན་དུ་གྱུར། སངས་རྒྱུ་ཡོན་ཏན་ཡོངས་རྫོགས་ཅིང་། །མཛོན་པ་སྒྲོམ་ཆོག་སྒྲོབ་དང་། ཆོས་ཀྱི་  
 ལག་མཐིལ་སྒྱུ་རུ་བཞིན། མཛོན་སུམ་གཟིགས་ཀྱང་ཆོས་ཉིད་ལས། མི་གཡོ་བདེ་སྒྲོང་བྱེད་འཇུག་སྒྲ། །  
 མི་འགྱུར་ཆོས་ཉིད་གནས་པ་ལ། ཆོས་སྒྲ་ཞེས་ཀྱང་བརྟགས་པ་ཡིན། ལྷགས་ཇེ་ཡིན་ནི་སྒྲོན་ལམ་དང་། །  
 གཏུལ་བྱུ་མེས་པའི་རྒྱ་ཆོག་གསུམ། ཆོས་སྒྲ་ཡོངས་སྒྲ་སྒྲུལ་སྒྲུ་དང་། ས་ལམ་ཡོན་ཏན་འཛིན་ལས་  
 མོགས། སྒྲ་ཅོམ་དུ་ནི་མ་གཏོགས་པ། རོན་ལ་ཡོད་པར་མ་མཐོང་རོ། །དེས་ན་དོན་ལ་བདག་གྲུབ་པ། །  
 འཁྱལ་བ་ལས་ཀྱང་ཆོས་འཁྱལ་བས། རོན་པ་བཟུང་སྤེད་ཀྱི་ཀྱུ་རྒྱུ། བདག་འཛིན་འཁྱལ་བ་ཁྱོད་སྒྲོང་  
 བས། ཁྱོད་རང་མི་དག་འམ་བྱེད་པར། གར་འགྲོའི་གནས་སུ་ཁྱོད་རྒྱུག་ཅིག །བདག་ཏུ་འཛིན་པས་ལན་  
 སྒྲུབ་པ། མེས་ཅན་ནི་གང་དུ་གྲུབ་ཅོམ་ནས། མེས་ཅན་དང་དུས་མཉམ་འོངས་ནས་ནི། །ཁ་འཛིན་གཤགས་

འདེབས་ཤེས་བྱས་ཤིང་། །ཕ་མས་བྱུ་ལ་བཅུ་བ་བཞི་ན། །བཅུ་བས་བསྐྱུངས་ཤིང་ལྷོ་གོས་བྲིན། །འདོད་པ་  
 ལ་སོགས་དུག་གསུམ་གྱི། །ཆོས་སྒོར་བཅུད་ཅིང་དགོ་ཆོགས་གྱི། །དག་འདུལ་ངས་ནི་མ་བྱས་ན། །དག་དེ་  
 སུལ་སྤུལ་བར་འགྱུར། །ཤེས་རབ་གྱིས་ནི་ལན་སྒྲིམ་པ། །སེམས་ནི་ཐོག་མར་གྲུབ་ཅིང་ནས། །ཡེ་ནས་  
 ཡོད་ནི་མ་ཁྱོད་ན། །ཁྱོད་ནི་སྤངས་ལྷན་ཅིག་གནས། །ཡང་དག་པར་ནི་ཁྱོད་རང་ཡང་། །གཏན་ནས་མེད་ན་  
 ཁྱོད་གྱིས་ནི། །ཁ་འཛིན་གཤགས་འདེབས་གསོས་བསྐྱུངས་སོགས། །སུལ་སྤུལ་ལ་བྱེད་པར་འགྱུར། །  
 གར་འགྲོར་རྒྱག་ལ་ལོག་མ་འོངས། །བདག་ཏུ་འཛིན་པས་ལན་སྒྲིམ་པ། །ཡང་དག་དོན་ཏུ་ར་བས་ནི། །ཁྱོད་  
 རང་ཡང་ནི་གཏན་མེད་ན། །ཁྱོད་གྱིས་སུལ་སྤུལ་སྤྱོགས་འཛིན་བྱེད། །ཡོད་ཆོས་རྒྱལ་ཅིང་མ་གྲུབ་ན། །འོང་དང་  
 མི་འོད་ཁྱོད་འདོད་དམ། །ངས་ནི་ཐ་སྙད་ཅིང་ཏུ་ནི། །སེམས་དང་དུས་མཉམ་འོངས་པ་ཡིན། །དོན་ལ་ཁྱོད་  
 པས་ང་མི་འདོད། །ཐ་སྙད་ཡོད་ལ་སྒྱུར་འདེབས་ན། །ཆད་པའི་མཐར་ནི་མི་བྱུང་ངམ། །རྒྱ་འབྲས་རྟེན་  
 འབྲེལ་བྱ་བྱེད་རྣམས། །ཡོངས་ལ་ང་ཡིས་བྲུབ་པ་ཡིན། །དེ་བས་ཁྱོད་རང་གར་འགྲོར་མོང། །དེ་རྣམས་  
 ཐ་སྙད་བྱ་བྱེད་ལ། །ཁྱོད་ནི་འདིར་སྤོང་རིགས་མ་ཡིན། །དོན་དམ་བདེན་མེད་ཁྱོད་རང་གྱིས། །དེ་དང་  
 འགལ་བས་ཕར་རྒྱག་ཅིག །ཤེས་རབ་གྱིས་ནི་ལན་སྒྲིམ་པ། །དོན་དམ་ཁྱོད་མེད་ཨ་ཅང་ཆེ། །ཐ་སྙད་ཏུ་  
 ཡང་ཁྱོད་མེད་པས། །རྟེན་འབྲེལ་བྱ་བྱེད་རྒྱ་འབྲས་རྣམས། །ཁྱོད་ལ་དབང་བྱུར་གཏན་མེད་དོ། །དེ་ཡི་རྒྱ་  
 མཚན་ཅི་སྟེན། །ཁྱོད་གྱི་ལུགས་ལ་འདུས་བྱས་རྣམས། །བལྟོས་མེད་དོ་ཤོས་གྲུབ་པ་དང་། །གཞན་ལ་རག་  
 བྱིང་ལས་པ། །རང་བཞིན་གཞན་ཏུ་མི་འགྱུར་དང་། །བདེན་པར་གྲུབ་དང་ཡང་དག་གྲུབ། །དོན་དམ་གྲུབ་  
 དང་རང་བཞིན་གྲུབ། །རྟག་པ་བརྟན་པ་ཐེར་བྱག་ཅིང་། །རང་བཞིན་མི་འཇིག་འགྱུར་མེད་གནས། །དེ་ཡི་  
 དགྱིལ་ན་ཁྱོད་བསྐྱེད་པས། །སྒོ་བྱུར་རྒྱ་རྒྱུན་ལ་བལྟོས་པའི། །རྟེན་འབྲེལ་བྱ་བྱེད་ཁྱོད་ལ་མེད། །བལྟོས་དང་  
 མི་བལྟོས་དངོས་འགལ་དང་། །ཁྱོད་གྱི་སྒོ་དང་ང་ཡི་སྒོ། །འཛིན་སྐྱངས་དངོས་འགལ་ཞུགས་པ་ཡིན། །ཆོ་

༡༡། །སྒྲུ་མ་ལྷག་པའི་ལྷ་ལ་ཕྱག་འཆིལ་ལོ། །གནི་ལམ་འབྲས་གསུམ་ཕྱག་ཆེན་ནི། །དེ་བོ་དེས་འཛིན་  
 འདི་ལྟར་རོ། །ཁམས་གསུམ་མེས་ཅན་ཐམས་ཅད་དང་། །ཁྱད་པར་རང་གི་མེས་ཅིང་ནི། །ཐོག་མེད་  
 གཏན་མེད་དུས་རང་ནས། །མ་རིག་མེས་ཅི་ནམ་གྲུབ་དུས། །མེས་ཅི་གནས་ལུགས་ལྷན་ཅིག་གནས། །  
 དེ་ནི་གནི་ཡི་ཕྱག་ཆེན་ཡིན། །མ་རྟོགས་པ་རྣམས་བདེན་པར་འཛིན། །དེ་ཡིས་དབར་འཁོར་བར་འབྱམས།  
 དེ་ཡི་དངོས་གཉེན་བདག་མེད་དེ། །དངོས་སུ་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཡིན། །དེ་ལས་གཞན་དུ་གཉེན་པོ་མེད།  
 ས་བཅུ་ནས་བཟུང་གོག་སྒྲུར་བར། །འཆི་བའི་དུས་སུ་འོད་གསལ་ལ་མ། །དེ་ཡང་གནི་ཡི་ཕྱག་ཆེན་ཡིན། །  
 བསྐྱེད་པའི་འོད་གསལ་དེ་བསྐྱེད་ནས། །མཉམ་གཞག་དང་དུ་ནམ་འཛོགས། །དེ་ནི་ལམ་གྱི་ཕྱག་ཆེན་  
 དང་། །གཞན་ཡང་མཉམ་གཞག་ལ་གནས་ནས། །སྒྲོམ་མེད་ཤེས་རབ་བསྐྱེད་པ་ནི། །ལམ་གྱི་ཕྱག་ཆེན་ལྟ་  
 བཟེར། །དེ་ཉིད་འཁྱལ་མེད་མངོན་གྲུར་ན། །འབྲས་བུའི་ཕྱག་ཆེན་མཐོང་ལམ་ཟེར། །དེ་ཉིད་བརྟན་ཁིང་  
 སྤེལ་སྒྲོམ་ལམ། །བསྐྱེད་པའི་ལམ་དང་སྒྲོབ་ལམ་ཟེར། །ཤེས་སྒྲིབ་དག་པར་གྲུར་པ་ན། །མ་སྒྲོབ་འབྲས་བུ་  
 མངོན་དུ་གྲུར། །མངས་རྒྱས་ཡོན་ཏན་ཡོངས་འོག་གསུམ་ཅིང་། །མ་ཇོད་པ་སྒྲོམ་སྒྲོམ་སྒྲོམ་པ་དང་། །ཆོས་ཀྱི་  
 ལག་མཐིལ་སྒྲུ་བཞིན། །མངོན་སུམ་གཟིགས་ཀྱང་ཆོས་ཉིད་ལས། །མི་གཡོ་བདེ་སྟོང་བྱུང་འཇུག་སྒྲུ། །  
 མི་འགྲུར་ཆོས་ཉིད་གནས་པ་ལ། །ཆོས་སྒྲུ་ཞེས་ཀྱང་བཏགས་པ་ཡིན། །ཐུགས་ཇེ་ཡིན་ནི་སྟོན་ལམ་དང་། །  
 གདུལ་བྱ་མེས་པའི་རྒྱ་ཆོག་གིས། །ཆོས་སྒྲུ་ཡོངས་སྒྲུ་སྒྲུ་ལྟ་དང་། །ས་ལམ་ཡོན་ཏན་འཕྲིན་ལས་  
 ཐོགས། །སྒྲུང་ཅམ་དུ་ནི་མ་གཏོགས་པ། །དོན་ལ་ཡོད་པར་མ་མཐོང་དོ། །དེས་ན་དོན་ལ་བདག་གྲུབ་པ། །  
 འཁྱལ་བ་ལས་ཀྱང་ཆེས་འཁྱལ་བས། །ད་ནས་བཟུང་སྤྱི་དུས་ཀྱི་ཏུ། །བདག་འཛིན་འཁྱལ་བ་ཁྱོད་སྟོང་  
 བས། །ཁྱོད་རང་མི་དག་འམ་བྱེད་པར། །གར་འགྲོའི་གནས་སུ་ཁྱོད་རྒྱུག་ཅིག། །བདག་ཏུ་འཛིན་པས་ལན་  
 སྒྲུས་པ། །མེས་ཅི་གང་དུ་གྲུབ་ཅམ་ནས། །མེས་ཅི་དང་དུས་མཉམ་འོངས་ནས་ནི། །ཁ་འཛིན་ག་གསལ་

འདེབས་རེས་བྱས་ཤིང་། བཅས་སྤྱུ་ལ་བཅེ་བ་བཞི་ན། བཅེ་བས་བསྐྱུངས་ཤིང་ལྷོ་གོས་བྱིན། འདོད་པ་  
ལ་སོགས་དུག་གསུམ་གྱི། ཆོས་སྒྲོར་བཅུད་ཅིང་དགོ་ཆོགས་གྱི། དག་འདུལ་ངས་ནི་མ་བྱས་ན། དག་དེ་  
སྤྱིས་སྤྱུ་ལ་བར་འགྱུར། ཤེས་རབ་གྱིས་ནི་ལན་སྒྲིམ་པ། བཅས་ནི་ཐོག་མར་གྲུབ་ཅིང་ནས། ཡི་ནས་  
ཡོད་ནི་མ་ཁྱོད་ན། ཁྱོད་ནི་སྤྱད་ལྷན་ཅིག་གནས། ཡང་དག་པར་ནི་ཁྱོད་རང་ཡང་། གཏན་ནས་མེད་ན་  
ཁྱོད་གྱིས་ནི། ཁ་འཛིན་གཤགས་འདེབས་གསོས་བསྐྱུངས་སོགས། སྤྱིས་སྤྱུ་ལ་བྱེད་པར་འགྱུར། །  
གར་འགྲོར་རྒྱག་ལ་ལོག་མ་འོངས། བདག་ཏུ་འཛིན་པས་ལན་སྒྲིམ་པ། ཡང་དག་དོན་དུ་ར་བས་ནི། ཁྱོད་  
རང་ཡང་ནི་གཏན་མེད་ན། ཁྱོད་གྱིས་སྤྱི་ཡོ་ཕྱོགས་འཛིན་བྱེད། ཡོད་ཆོས་རྒྱལ་ཅིང་མ་གྲུབ་ན། འོང་དང་  
མི་འོད་ཁྱོད་འདོད་དམ། ངས་ནི་ཐ་སྙད་ཅིང་དུ་ནི། བཅས་དང་དུས་མཉམ་འོངས་པ་ཡིན། འོན་ལ་ཁྱོད་  
པས་ང་མི་འདོད། བསྐྱད་ཡོད་ལ་སྒྱུར་འདེབས་ན། ཁྱོད་པའི་མཐར་ནི་མི་ལྟོང་ངམ། རྒྱ་འབྲས་རྟེན་  
འབྲེལ་བྱ་བྱེད་རྒྱུས། འོངས་ལ་ང་ཡིས་ཁྱབ་པ་ཡིན། དེ་བས་ཁྱོད་རང་གར་འགྲོར་སོང་། དེ་རྒྱུས་  
ཐ་སྙད་བྱ་བྱེད་ལ། ཁྱོད་ནི་འདིར་ཁྱོད་རིགས་མ་ཡིན། འོན་དམ་བདེན་མེད་ཁྱོད་རང་གྱིས། དེ་དང་  
འགལ་བས་ཐར་རྒྱག་ཅིག ། ཤེས་རབ་གྱིས་ནི་ལན་སྒྲིམ་པ། འོན་དམ་ཁྱོད་མེད་ཨ་ཅང་ཆེ། བསྐྱད་དུ་  
ཡང་ཁྱོད་མེད་པས། རྟེན་འབྲེལ་བྱ་བྱེད་རྒྱ་འབྲས་རྒྱུས། ཁྱོད་ལ་དབང་བྱུར་གཏན་མེད་དོ། དེ་ཡི་རྒྱ་  
མཚན་ཅི་སྟེན། ཁྱོད་གྱི་ལྷགས་ལ་འདུས་བྱས་རྒྱུས། བལྟོས་མེད་དོ་སོས་གྲུབ་པ་དང་། གཞན་ལ་རག་  
ནི་མ་ལས་པ། རང་བཞིན་གཞན་དུ་མི་འགྱུར་དང་། བདེན་པར་གྲུབ་དང་ཡང་དག་གྲུབ། འོན་དམ་གྲུབ་  
དང་རང་བཞིན་གྲུབ། རྟག་པ་བརྟན་པ་ཐེར་བྱག་ཅིང་། རང་བཞིན་མི་འཇིག་འགྱུར་མེད་གནས། དེ་ཡི་  
དགྱིལ་ན་ཁྱོད་བསྐྱད་པས། ཁྱོད་བྱུར་རྒྱ་རྒྱུ་ལ་བལྟོས་པའི། རྟེན་འབྲེལ་བྱ་བྱེད་ཁྱོད་ལ་མེད། བལྟོས་དང་  
མི་བལྟོས་དངོས་འགལ་དང་། ཁྱོད་གྱི་སྒོ་དང་ང་ཡི་སྒོ། འཛིན་སྐྱེད་དངོས་འགལ་ཞུགས་པ་ཡིན། ཆོ་

གྲང་ལྟ་བུར་འགལ་བ་ཡིན། །འདི་ལ་དགོངས་ནས་རྣམ་འགྲེལ་ལས། །བདག་མེད་མཐོང་བས་འགལ་བ་  
 ཡིན། །འདི་ཡུལ་སྐྱེད་བྱུང་མེད་པར་ནི། །དེ་སྟོང་བར་ནི་རྣམས་མ་ཡིན། །ཞི་བ་ལྟ་ཡི་སྟོན་འཇུག་ལས། །  
 བདག་པ་པའི་དངོས་ལ་མ་རེག་པར། །དེ་ཡི་དངོས་མེད་འཛིན་མ་ཡིན། །བཞི་བརྒྱུ་པ་ཡི་འགྲེལ་པ་ལས། །  
 གང་ཞིག་དངོས་པོ་རྣམས་ནི་གཞན་ལ་རང་མ་ལས་པའི་ངོ་བོ་རང་བཞིན་ཏེ། །དེ་མེད་པ་ནི་བདག་མེད་པའོ།  
 །ཞེས་གསུངས། རྒྱུ་མཚན་དེས་ན་ཁྱོད་དང་ནི། །ང་ནི་ལྟ་ན་ཅིག་མི་གནས་པས། །ཅུ་བ་ནས་ནི་མ་སྟོན་པར། །  
 གར་འགྲོའི་གནས་སུ་ཁྱོད་རྒྱ་གཅིག་ །བདག་ཏུ་འཛིན་པས་ལན་སྟེས་པ། །ཞེས་དང་འགྲོགས་ཡུན་རིང་  
 བས་ན། །བྱེད་བྲལ་བདག་གིས་མི་ཤོད་ཅིང། །བདག་ལ་གར་འགྲོའི་གཏོ་ལ་ཡང་མེད། །བཙེ་བས་སླིང་གི་  
 དཀྱིལ་དུ་སྟོན། །ཞེས་ལང་ནི་མེད་པ་ན། །ཞེས་ལ་འདོད་པ་མེད་པར་འགྱུར། །ཁོ་བོའི་ལྟོ་གོས་རྟེན་པ་  
 མེད། །ཞེས་ཀྱིས་ང་འདྲར་མི་ཤོད་དམ། །གལ་ཏེ་ཤོད་པར་གྱུར་ན་ནི། །ཁོ་ལ་སྤར་གྲོགས་མེད་པས་ན། །  
 བྱིས་གྲོགས་བཙའ་བས་མི་རྟེན་ཅིང། །ཁོ་ལ་ཁྱེལ་གཞུང་མེད་པ་ཡིས། །དོ་ཡི་ལ་ཡོགས་ཞེས་ལ་འོང། །  
 །ཞེས་རབ་ཁོ་ལ་གསར་འགྲོགས་བྱས། །ང་ནི་བསྐྱུར་བར་འདོད་པ་འཁྱུལ། །བསྐྱུར་བསྐྱུར་ཟེར་མི་མང་ལ་  
 གས་ཀྱང། །བསྐྱུར་མི་སྤྱུ་ཡང་མ་བྱུང་ཞིང། །ང་ཡིས་བྱིན་རྒྱལ་བས་བྱས་ཡོད་པས། །དེ་དུང་སྤྱུང་ཀྱང་བསྐྱུར་  
 མི་ཐུབ། །དེ་ཡི་རྒྱུ་མཚན་ཅི་སྟེན། །སླིང་སྟོབས་ཅན་གྱི་འཕགས་པ་ཡང། །ང་ཡི་བྱིན་རྒྱལ་བ་དྲན་པས་  
 ན། །མ་བདུན་བར་དང་འགྲོགས། །ང་ཡིས་བསྟོས་པའི་དྲི་མ་དེ། །མ་བཙུབར་དུ་འགྲོགས་པས་ན། །ཐ་  
 མལ་མི་ལ་སྟོས་ཅི་དགོས། །ཞེས་རབ་ཟེར་ཀྱང་རེས་འགའ་ཅུ་མ། །ང་ནི་རྒྱུན་དུ་འགྲོགས་པ་ལ། །ཞེས་རབ་  
 ཀྱིས་ནི་ལང་མི་འགྱུར། །ཁོ་བོའི་འཁོར་དུ་གཏོགས་པ་ཡི། །དུས་གསུམ་ལ་སོགས་གཙོ་བྱས་པའི། །ཕྱག་  
 དོག་མེར་སྤྲ་གཡོ་སྤྱུ་རྒྱགས། །ལྟ་བུ་དུ་གཙུག་གཉིས་དང། །ང་རྒྱལ་ལེ་ལོ་བག་མེད་སོགས། །འདོད་ཆེན་  
 རྒྱུན་དུ་ཁོ་བོས་གཏོང། །འབྲལ་བ་ལས་ནི་གཞོན་པ་རང་དགལ། །ང་ནི་རྒྱུན་པའི་སླིང་མི་ཡིན། །ཁྱོད་ནི་སྟོ་



བྱར་ཤེས་རབ་སྟེ། །འགྲོ་ན་ཁྱོད་རང་འགྲོ་བའི་རིགས། །ཅོད་པས་སྤྱོད་བྱ་འབྱུང་བ་དང་། །ཁྱིམ་སྤྱོམ་རྩ་ཡི་  
 གཏམ་འདི་མཚར་། །ངན་ཤེས་སྤངས་དང་ལྷན་ཅིག་ཏུ། །ལས་ལས་གྲུབ་སྟེ་སྤྱོམ་པས་ན། །དུས་གསུམ་མངས་  
 རྒྱས་ཐམས་ཅད་ཀྱི། །མཐུ་རྒྱས་ཏུ་འབྱུང་ལྷན་གྱིས་ཀྱང་། །ཁྱོད་འབྱུང་བར་གཤམ་ལུས། །རྒྱས་ན་ཐུགས་ལ་  
 དེ་ལས་མེད། །ཤེས་རབ་ཀྱིས་ནི་ལན་སྤྲུལ་པ། །ཤོད་བྱ་ཞོན་ནས་ཤོད་བྱ་འཛོལ། །ཁྱོད་ནི་སྤྱོམ་པ་ཁོ་ནས་ནི།  
 འདི་རུ་སྤོང་བ་འཛོལ་སྤངས་འགཤམ། །ཤེས་མཚན་རྣམས་ཀྱི་གནས་ལུགས་ནི། །ཤེས་སྤངས་དུས་མཉམ་  
 གནས་དུས་ནས། །ཡེ་སངས་རྒྱས་ཅིག་ཡིན་པ་ལ། །འོན་ཀྱང་སྟོན་བྱར་བྱི་མས་བསྒྲིབས། །ཅོད་པས་སྤྱོད་བྱ་  
 ཁྱོད་ཀྱིས་ཐུང་། །ཁྱིམ་སྤྱོམ་རྩ་ཅོ་ཁྱོད་ཀྱིས་བྱས། །ངན་འདི་ན་འདུག་བཞིན་དུ། །ཁྱོད་ནི་སྤོང་བའི་གནས་  
 དང་ནི། །རྟེན་ས་རྟེན་ཕུར་གང་དུ་བྱེད། །ཅིས་ཀྱང་ཁྱོད་ནི་སྤོང་བེར་ན། །བདག་གིས་འདི་ལྟར་དཔྱོད་པས་ན།  
 །ཁྱོད་ཀྱིས་རང་མཚར་མ་རྒྱགས་ཅིག། །སྤྱོད་ནས་ནི་རྒྱུ་དཔེ་བར། །ཐུང་པའི་ཚོགས་རྒྱན་ཁྱོད་མིན་  
 ཞིང་། །ཚོགས་པ་མིན་ཞིང་རེ་རེ་འང་མིན། །དེ་དག་ཀུན་ཀྱང་ཁྱོད་མིན་མོ། །རྟེན་འབྲེལ་རྟགས་ཀྱི་དཔྱད་  
 པའང་བྱེད། །རྒྱས་པར་བྱར་དུ་བསྒྲུབ་ཡོད། །ཆ་ཤས་ཚོགས་པའང་ཁྱོད་མིན་ཞིང་། །རེ་རེ་འང་ཁྱོད་མིན་  
 ཁྱོད་ཀྱང་མིན། །ཤེས་ཀྱི་སྒྲིབ་ཅིག་ལྷ་ཕྱི་ནི། །ཁྱོད་མིན་ཁྱོད་ཀྱང་དེ་དག་མིན། །ད་ལྟར་སྒྲིབ་ཅིག་ལྷ་ཕྱི་  
 དང་། །དེ་ཡི་སྒྲིབ་ཅིག་ལྷ་ཕྱི་དང་། །ཐམས་ཅད་ལས་མཐའི་སྒྲིབ་ཅིག་མའི། །སྒྲིབ་ཅིག་ལྷ་ཕྱི་ཐམས་ཅད་ཀྱང་། །  
 ཁྱོད་མིན་ཁྱོད་ཀྱང་དེ་དག་མིན། །དེ་ཡང་སྒྲིབ་ཅི་འབྲེལ་གཤམ་མཚོ། །ཤེས་ཀྱི་རོ་བོ་གང་དུ་ཡང་། །རང་  
 བཞིན་གྱིས་ནི་མ་གྲུབ་ན། །ཁྱོད་ཀྱི་ཐུང་མཚར་དོལ་བ་ཡིན། །འབྲུལ་བའི་རང་རོ་ཞིག་པ་ཡིན། །ཤེས་ཀྱི་  
 རྩ་བ་ཆོད་པ་ཡིན། །དུག་གི་སྤོང་པོ་འབྲེལ་བ་ཡིན། །རྟོན་མོངས་ཀུན་གྱི་དཔོན་པོ་དེ། །ཤེས་དུར་དུ་ཆུད་པ་  
 ཡིན། །རྟོན་མོངས་ཀུན་གྱི་རྩ་བ་ཆད། །རྟོན་མོངས་ལ་ཤོགས་ཚེས་ཀུན་ནི། །གཏན་ནས་སྤྱོད་པ་མེད་པ་ཡིན། །  
 གནས་ལུགས་དོན་ཞིག་མཐོང་བ་ཡིན། །ཡེ་ནས་ཡོད་མ་ཐོང་བ་ཡིན། །གཤམ་སྤྱོད་ཀྱི་ཐུང་པ་ཡིན། །

རང་བཞིན་གཤོད་ནས་མ་གྲུབ་པ། །མེས་ཀྱི་རང་ངོ་མཐོང་བ་ཡིན། །གནས་ལུགས་ཟུང་ཐལ་ཆེན་པོ་ཡིན།  
 །ལྷ་རྒྱུ་མེད་པའི་ལྷ་བ་ཡིན། །མཐོང་རྒྱུ་མེད་པའི་མཐོང་བ་ཡིན། །སྒྲོམ་རྒྱུ་མེད་པའི་བསྒྲོམ་བ་ཡིན། །བརྗོད་  
 རྒྱུ་མེད་པའི་དོན་ཞིག་ཡིན། །སྤྱོད་བསམ་ཡུལ་ལས་འདས་བ་ཡིན། །མཁའ་པོ་ཉིད་ཀྱང་སྤྱོད་བསམ་འདས། །  
 །གཉིན་པོ་ཉིད་ཀྱང་རང་སར་གྲོལ། །ཀྱུན་རྒྱུ་ཡིད་ཀྱི་དམིགས་གཏད་ཞི། །དེ་རྒྱམས་མིང་གི་རྒྱམ་གྲངས་  
 ཡིན། །དྲིལ་བས་མཉམ་ཉིད་ཆེན་པོ་ཡིན། །དུ་མ་རོ་གཅིག་བྱ་བ་ཡིན། །འཁོར་འདས་དབྱེར་མེད་བྱ་བ་  
 ཡིན། །དེ་རྒྱམས་དོན་ལ་མཉམ་པར་བཞག། །མཉམ་པར་བཞག་པའི་བཞག་ངོ་ན། །བདེན་པ་འོན་ཏྲེ་ལས་  
 སངས་རྒྱལ་མེད། །ཆོས་དང་དགེ་འདུན་ས་ལམ་མེད། །འབྲས་བུ་མངོན་དུ་གྱུར་པ་མེད། །བདེན་པ་མེད་ཅིང་  
 བརྟུན་པ་མེད། །ཆོས་ཀྱི་སྒྲུ་ཡང་མི་གདའ་ན། །བདེན་པ་འོན་ཏྲེ་ནི་གན་མཆིས། །ཀྱུན་རྒྱུ་ཆོས་རྒྱམས་ལྷ་  
 ཅི་སྒྲོལ། །ཏིང་འཛིན་དེ་ལས་ལངས་པའི་རྗེས། །མེས་ཀྱི་སྣོད་པའི་མེ་ལོང་ལ། །ཀྱུན་རྒྱུ་སྣང་བའི་  
 །གཟུགས་བརྒྱན་ཤར། །སྣང་ཅོམ་མ་གཏོགས་གཏན་མེད་པས། །བདེན་པ་འོན་ཏྲེ་སྣང་བའི་ཡུལ་མེད་དོ། །  
 །མེས་ཀྱི་སྣོད་སྣང་བའི་མེ་ལོང་དང་། །ཀྱུན་རྒྱུ་སྣང་བའི་རྟོག་འབྲེལ་གྱི། །རྒྱ་རྒྱུ་ཆོག་མཁན་པའི་སྣང་བ་  
 ཅོམ། །མ་དཔུང་ན་ཡིན་དཔུང་ན་མེད། །སྣང་བསྐྱོད་བྱུང་མིང་བཏགས་ཅན། །དཔུང་མེད་ཅོམ་ལ་རྒྱ་འབྲས་  
 འཛིན། །དེ་ཡིས་ཆོམ་པར་མ་གྱུར་ན། །བཅའ་བའི་ཆོན་འཛིན་རྒྱུ་མེད། །བྱ་བྱེད་རྒྱུ་ལ་བསྐྱོས་བཞིན་དུ། །  
 །བདེན་པར་སྣང་བ་ཡ་རེ་མཆོན། །བདེན་པར་ཞེན་པ་དེ་བས་མཆོར། །མཆོར་ཡང་ཞེན་པས་ཡ་ཐང་ཆད། །  
 །བྱིས་པ་རྒྱས་པའི་རྒྱུ་པོ་དེ། །སྤྱོད་ཅོམ་ཉིད་ནས་རྒྱུ་པོ་རང་། །བྱུང་བྱུང་འདྲ་བའི་སྣང་བ་དང་། །དེ་ལ་ཞེན་  
 པ་ཉིད་དང་མཆོངས། །མེས་ཀྱི་སྣོད་པའི་རྒྱམ་མཁའ་ལ། །རྒྱུ་མ་ལུས་ཀྱི་སྤྱིན་ཆོག་མཁན་འཁྲིགས། །སྤྱི་  
 ཆོག་མཁན་རྟོག་པས་ཀྱུན་བསྐྱུངས་ནས། །བྱ་བྱེད་ཡོངས་ཀྱི་ཆར་བབས་པ། །མེས་ཀྱི་སྣང་བའི་རྒྱ་རྒྱུ་ལས།  
 །བྱུང་བར་སྤྱི་ཡིས་མ་མཐོང་བ། །དཔུང་ན་ཆར་སྤྱིན་མེས་ཀྱི་དགས་མ། །བྱུང་ཡང་ནམ་མཁའ་རང་ལས་

བྱང་། བེམ་ཡང་ནམ་མཁའ་རང་ལ་བེམ། བེམ་ས་ཉིད་སྟོང་པའི་མེ་ལོང་ལ། ཁྲི་ལམ་ལུས་ཀྱི་གཟུགས་  
 བརྟན་ཤར། རྒྱ་རྒྱུ་རྒྱུ་འབྲེལ་གཉིད་དང་ནི། རྟོན་ཆད་ཤོམས་པའི་བག་ཆགས་ཀྱིས། རྒྱ་འབྲས་ཡོངས་  
 ཀྱི་བྱ་ལས་མཁས། རྟོང་ཅམ་དུ་ནི་ཀུན་གྱིས་མཐོང་། དཔུང་དང་མད་པའི་དུས་ན་ནི། རྟོན་ལ་ཡོད་པ་རས་  
 མ་མཐོང་། བྱང་ཡང་བེམ་ས་ཉིད་རང་ལས་བྱང་། བེམ་ཡང་བེམ་ས་ཉིད་རང་ལ་བེམ། སང་བ་ཅམ་ལ་ལས་  
 འབྲས་འཛོག། བེམ་ས་ཉིད་སྟོང་པའི་རྒྱ་ནང་དུ། ཤེས་རབ་རྒྱ་བའི་གཟུགས་བརྟན་ཤར། འཁྲུང་ན་མུན་པ་  
 བེལ་བ་དེ། བེམ་ས་ཉིད་སྟོང་པའི་རྒྱ་ནང་ནི། ཤེས་རབ་རྒྱ་བའི་རྟོན་འབྲེལ་གྱིས། གནས་ལུགས་རྟོགས་པ་  
 ཀུན་གྱིས་མཐོང་། རྟོང་བ་ཅམ་དུ་ཐ་སྟད་འཛོག། དཔུང་རྟོན་གྲུབ་པ་རས་མ་མཐོང་། རྟོན་མས་བྱང་ཡང་  
 བེམ་ས་ལས་བྱང་། བེམ་ཡང་བེམ་ས་སྟོང་རང་ལ་བེམ། བེམ་ས་འདི་སྟོང་པའི་བྲག་རི་ལ། ཆོས་སྤྱ་མཐོན་  
 པའི་སྤྱ་ཞིག་ཤར། གནས་ལུགས་སྤྱ་འདོགས་ཆོད་པའི་སྤྱ། བྲག་ཅི་རྒྱ་དུ་སྤྱོད་པ་འདི། རྟོང་པའི་  
 ཆོག་གི་སྤྱ་ཆོན་དང་། བེམ་ས་སྟོང་བྲག་ཆོན་ཆོགས་པ་ཡི། རྒྱ་རྒྱུ་ལས་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་ཀྱིས། མ་རིག་མུན་  
 བེལ་སྤྱོན་མེ་ཡིན། རྟོང་བ་ཅམ་དུ་ཐོས་བསམ་མཛོད། དཔུང་ན་ཡོད་པར་དས་མ་མཐོང་། བྱང་ཡང་  
 བེམ་ས་ཉིད་རང་ལས་བྱང་། བེམ་ཡང་བེམ་ས་སྟོང་རང་ལ་བེམ། རེས་ན་ཁྱོད་དང་ར་གཉིས་ནི། འཛོན་  
 རྟོང་ས་དངོས་འགལ་ཞུགས་པའི་འདིས། རྟོན་ཅིག་སྟོང་པའི་གནས་མ་མཆིས། ཁྱོད་རང་འགྲོ་བའི་  
 གནས་ལ་རྒྱུག། བདེན་པར་འཛོན་པས་ལན་སྤྱུས་པ། ཁྱོད་ཀྱིས་སྟོང་རྟོན་ཅི་སྤྱུས་གྱང་། འཇིག་ཆོས་  
 བརྒྱད་བཅད་ན་མཛོད། འདང་ཁྱོད་གཉིས་འཛོན་སྟངས་ནི། རངོས་འགལ་ཞུགས་པར་ར་ཡང་འདོད། རྟོན་  
 ཅིག་འགྲོགས་པའི་གནས་མི་ནན། ཁྱོད་རང་གཞན་དུ་འགྲོ་བའི་རིགས། ར་ནི་ནང་གི་སྤྱིང་མི་ཡིན། ཁྱོད་  
 རྟོན་ནི་སྤྱོད་པར་ཡུད་ཅམ་ཡིན། འདང་བེམ་ས་ཉིད་འགྲོགས་པ་འདི། རི་ཡི་རྒྱལ་པོ་རི་རབ་འབྲ། གཡོ་  
 འགྲུལ་མེད་པར་༩༩། ཁྱོད་ཉིད་བསྟོམ་པར་གལ་འགྱུར། ཁྱོད་ཀྱིས་མ་སྤྱོད་པར་མི་གཞོད། ལ་ལ་རིག་

ཕ་ཟད་ཐལ་ཟེར། །སྒྲུང་བ་ཡིད་ལ་མི་བྱེད་ཅིང། །བསྐྱོམ་བ་ཡིད་ལ་མི་བྱེད་བསྐྱོམ། །དེས་ཀྱང་ད་ལ་གཏན་  
 མི་གོད། །ད་དང་འཛིན་སྒྲུང་ས་འགལ་བ་ཡི། །གཉེན་པོ་ཕྱོགས་ན་འད་མི་གད་པ་ན། །ཁྱིད་ཉིད་བསྐྱོམ་པར་  
 གལ་འགྱུར། །དེར་ཡང་ཁྱིད་ཀྱིས་སྤེལ་བ་མེད། །ཐོས་མེད་བསྐྱོམ་པ་ཆེ་ཆེར་ནི། །དེ་སྤྱོད་འགྲིག་འགྲིག་  
 ཡོད་ཁ་མོ། །ཆོག་ནི་ཟབ་ཟབ་དང་ཁམ་ཅན། །བསྐྱོམ་གར་དུ་ཡོད་ལགས་ཀྱང། །མཉམ་པར་བཞག་  
 བས་བསྐྱོམ་ཅོན། །ཐལ་ཆེར་དེ་ཉིད་བསྐྱོམ་པ་མང། །ད་དང་ཡོད་ལ་ཁྱད་མ་བྱེད། །ལ་ལ་དམེད་བསྐྱོམ་  
 ཟེར་ཀྱང། །དམེད་པ་དང་མེད་པ་གཉིས། །དབྱེ་བ་གཅིག་ཀྱང་མ་བྱེད་པར། །མེད་པ་ཁོ་ན་བསྐྱོམ་པ་མང། །  
 དེ་རྒྱམ་ས་དམི་ཕྱིན་ལས་ཡིན། །ཁྱིད་ནི་ཕྱོགས་ན་འད་མི་གད་པ་ན། །དེ་དུས་ཁྱིད་ཀྱིས་གད་དུ་བྱིན། །ཡུང་  
 ཅོམ་ཞིག་ཀྱང་མ་སྤེལ་པར། །དེ་ནི་འབྱུང་བ་གད་མེད་ཀན་ས། །ཐོས་པ་ཅན་གྱིས་ཁྱིད་བསྐྱོམ་ཟེར། །ལ་  
 མཐའ་མ་མཐའ་བསྐྱབ་བསྐྱབ་དང། །དབྱུང་བ་མང་པོ་བྱེད་བྱེད་ནས། །སྐྱོམ་ལ་སྐྱོན་ནི་འཆོལ་འཆོལ་ཟད།  
 །འཛོག་པའི་དོན་ལ་སྐྱོན་འཆོལ་དང། །བསྐྱོམ་པ་ལ་ཡང་དབྱུང་དབྱུང་པ། །དབྱུང་བ་པོ་ཡང་དབྱུང་པར་  
 བྱེད། །དེ་ཡི་དབྱུང་བ་པོ་ཡང་དབྱུང། །དབྱུང་བའི་གཉེན་པོ་མི་ཟད་པས། །ཐུག་མེད་བར་དུ་དབྱུང་བ་ན། །  
 དལ་བའི་རྒྱམ་རྟོག་ཆེན་པོ་ཡི། །དྲ་བར་ཚུད་ནས་བསྐྱོམ་རྒྱ་མེད། །དབྱུང་བའི་དུས་སུ་ཡོད་ཡོད་འདྲ། །  
 འཛོག་ཀར་ཅི་བསྐྱོམ་འདི་བསྐྱོམ་མེད། །རེས་འགའ་དང་ནི་སྐྱོམ་པར་བྱེད། །རེས་འགའ་མེད་པ་ཁོ་ན་  
 བསྐྱོམ། །རེས་འགའ་ཡིད་ལ་མི་བྱེད་བསྐྱོམ། །ཡང་དག་དོན་ལ་འཛོག་ཅོན། །ད་དང་འཛིན་སྒྲུང་ས་འགལ་  
 བ་ཡི། །གནས་ལུགས་བསྐྱོམ་པ་ཉིན་སྐར་ཅོམ། །འདི་འདྲའི་ཚུལ་ལས་མ་འདས་ན། །དེ་ནི་འབྱུང་དོམ་ཟེར་  
 ཅིག །ཁྱིད་ནི་ཡུ་ཏུ་མ་ར་ཅོམ། །སྐབས་ཀ་ལེགས་ན་ལན་ཅིག་ཡིན། །དེ་ལ་འད་བསྐྱལ་པ་དཔག་མེད་  
 བས། །ཆོག་ས་ཆེན་སྤྱོད་མེད་བསགས་པ་དགོས། །དེ་ཡང་སྤྱོད་མཉམ་ལས་འབྱུང། །དལ་དེ་འདྲ་མེད་གོས་  
 ཤིང། །དེ་ནི་གཏན་གྱི་བདག་པོ་ཡིན། །དེ་ཉིད་འབྱུང་པར་བྱེད་པ་ལ། །ད་དང་འཛིན་སྒྲུང་ས་འགལ་གྱུར་པ།

གཉེན་པོའི་ཤེས་རབ་འཁྱུལ་མེད་ཅིག་ ། ཇེས་པར་ཡོད་ན་མ་གཏོགས་པ། ། གཉེན་པོ་གཞན་དག་ཡོད་མཁུ་  
 གྱང་། ། གུན་གྱིས་ཡིད་ཆེས་མི་བྱེད་པས། ། ཁོ་པོའི་གྲོགས་སུ་གྱུར་པ་ཡིན། ། གྲོགས་སུ་གྱུར་ལ་ཐར་པ་མེད།  
 ། ང་ལ་ཐོ་རིག་མ་བདྱང་བར། ། འདི་ཡིན་འདི་མིན་མེད་པ་ཡི། ། རྟོག་མེད་ཤེས་པ་བསྒྲོམ་པ་ལ། ། གནས་  
 ལུགས་བསྒྲོམ་པར་འདོད་པ་འདྲུག་ ། ང་ནི་སྤྱིང་ནས་གདམ་མོ་ཤོར། ། ལ་ལ་སྤང་བ་སེམས་སུ་བྱས། ། སེམས་  
 བྱིསྟོང་པར་ཐག་གཅོད་ཅིང་། ། སྟོང་པ་སྦྱར་མར་བྱས་ནས་སྟ། ། སྦྱུ་མར་དབེན་མེད་པར་བསྒྲོམ། ། དེ་ནི་  
 གནས་ལུགས་བསྒྲོམ་པར་འདོད། ། དེ་ནི་གུན་ཚོལ་ཁོ་ན་ཡིན། ། ལེགས་ན་སྦྱུ་མར་བསྒྲོམ་པ་ཅོམ། ། ང་མེད་  
 ༣༣ ། བསྒྲོམ་ནང་ལ་གཞོད། ། ང་དང་ང་མེད་དོས་འགའ་ཏེ། ། ང་མེད་བསྒྲོམ་པ་མ་བྱུང་ཕྱིན། ། ང་དང་  
 འཛིན་སྤངས་མི་འགའ་བས། ། ང་ལ་གཞོད་པར་ག་ལ་འགྱུར། ། ལ་ལས་ནམ་མཁའ་སྟོང་པ་ལ། མཐའ་  
 དབྱས་མེད་པར་བསམས་ནས་ནི། ། དེ་དང་སེམས་ཉིད་བསྐྱེས་ནས་བསྒྲོམ། ། ཞམ་ཁའ་ལྟ་བུའི་ལྟ་བ་དང་། །  
 མཉམ་བཞག་ནམ་མཁའ་ལྟ་བུར་འདོད། ། ཞམ་མཁའ་མཐའ་དུས་མེད་པ་དེར། ། འཛིན་པ་དང་ཅི་ཕྱིར་  
 འགའ། ། སེམས་ལ་མཐའ་དབྱས་མེད་པ་དེ། ། གཞུགས་སུ་མེད་པས་མཐའ་མ་མཐོང་། ། ང་ནི་སེམས་ཀྱི་སྟོང་  
 དུ་འགྱིང། ། ང་ལ་རིག་པར་མ་གྱུར་ན། ། ང་ཡི་གཉེན་པོར་འགྱུར་བ་འཁྱུལ། ། ལ་ལ་རྣམ་རྟོག་སྦྱེས་པའི་  
 དུས། ། དུན་པས་སྟེབ་པར་བྱས་ནས་སྟ། ། དེ་ཡི་རོ་ལ་ཅེར་བ་ལྟས་ཏེ། ། དེ་ཉིད་རང་ཡ་ལ་ལ་སོང་བ། ། དེ་ཉིད་  
 ཆོས་སྐྱར་རོ་སྤྱད་ནས། ། རྣམ་རྟོག་མང་བ་ཅོམ་གྱིས་ནི། ། ཆོས་སྐྱུ་མང་བ་ཡིན་པས་ན། ། རྣམ་རྟོག་དགག་པ་  
 མི་དགོས་ཤིང་། ། དེ་ཉིད་ཆོས་སྐྱར་འཁྱེར་རོ་ཟེར། ། གནས་ལུགས་བསྒྲོམ་པར་འདོད་པ་ཡོད། ། རྣམ་རྟོག་  
 གཞུགས་སུ་མ་མཐོང་དང་། ། སེམས་ནི་གཞུགས་སུ་མ་མཐོང་བ། ། ང་དང་། འཛིན་སྤངས་མི་འགའ་བས། །  
 གནས་ལུགས་བསྒྲོམ་པར་མི་འགྱུར་ན། ། ཆོས་སྐྱུ་མཐོང་བ་སྟོས་ཅི་དགོས། ། ང་ཉིད་འབྱུང་པ་གདམ་མོའི་  
 གནས། ། ལ་ལས་གཅིག་དང་དུ་བྱལ་གྱི། ། དབྱུང་པ་དག་པར་བྱས་པ་ཡིས། ། བཅོལ་བས་མ་རྟོད་པ་དེ་



དེ་ཡང་གོང་དང་ཁྱད་མེད་ཅིང་། །འཛིན་སྐྱབས་འགལ་བ་ཨ་ཅང་ཆེ། །ར་རང་བསྐྱོམ་ལས་མ་འདས་མོད། །  
 ཤེས་རབ་བསྐྱོམ་པར་ག་ལ་འགྱུར། །ལ་ལས་གཅིག་དང་དྲུག་ལ་གྱིས། །དབྱུང་པའི་རྟགས་ལས་ར་ཉིད་ནི།  
 བདེན་པར་མེད་པར་ངེས་པའི་ཆོ། །ཁོ་རང་མེད་པར་དག་པ་དེ། །མ་ཤེས་བསྐྱོམ་སྐྱུ་འི་སྟོང་ཉིད་དེ། །ཟུར་དྲུ་  
 བཅོམ་ནས་སྐྱོམ་པར་བྱེད། །གཅིག་ཏུ་སྟོང་ཉིད་རྒྱུང་ཆད་ཡིན། །སྟོང་པ་བདེན་འཛིན་སྟོ་ཡོད་པས། །ར་རང་  
 བསྐྱོམ་པར་གྱུར་པ་དང་། །ར་དང་འཛིན་སྐྱབས་འགལ་བ་ཡི། །གཉིས་པོ་ཡོད་མེད་ཁྱེད་རང་སོམས། །དེ་ཡི་  
 རྒྱུ་མཚན་ཅི་སྟེན། །ཁྱེད་རང་མེད་པ་མ་གོ་བར། །སྟོང་ཉིད་ཟུར་དྲུ་བཅོམ་བས་སོ། །ཁ་པོ་སྐྱེ་ནི་ཆེ་ཡང་རུང་།  
 །དོན་ལ་ར་མེད་བསྐྱོམ་པ་ཉུང་། །ལ་ལས་གཅིག་དང་དྲུག་ལ་གྱིས། །དབྱུང་པའི་རྟགས་ལས་ར་ཉིད་ནི། །  
 བདེན་པར་མེད་པར་ངེས་པ་ཡི། །ངེས་ཤེས་དེ་ཡི་འཛིན་སྐྱབས་ཀྱི། །རྒྱུན་ལ་ཅི་སྟབས་མཉམ་པར་འཛིན། །དེ་  
 ལ་གནས་ལུགས་བསྐྱོམ་པར་འདོད། །གཞན་དེ་དག་ལས་ཅིང་ལེགས་ཤིང་། །ར་ལ་འདར་ཅུང་ཟད་གཞོད་  
 མོད་ཀྱང་། །ཞིགས་པར་གཞོད་པར་ག་ལ་འགྱུར། །དེ་ཡི་རྒྱུ་མཚན་ཅི་སྟེན། །ཡུང་པོ་ཚོགས་ཅམ་ལ་བརྟེན་  
 བས། །རའོ་སྟམ་པའི་སྟོ་སྟེ་ཞིང་། །རའོ་སྟམ་པའི་སྟོ་དཔེ་ནི། །དམིགས་པར་ལ་དམིགས་ནས་ནི། །རྣམ་པ་  
 བདེན་པར་གྲུབ་པར་འཛིན། །དེ་ལྟར་བདེན་པ་བདེན་འཛིན་ཡིན། །དེ་ལྟར་ཞེན་པ་བདེན་ཞེན་ཡིན། །དེ་ལྟར་  
 སྦྱང་པ་བདེན་སྦྱང་ཡིན། །ཕྱིར་མ་ལ་བཅུ་པར་དྲུ་འབྱང་། །ཤེས་སྒྲིབ་ཟེར་བའི་མིང་ཡང་བདག་སྟེ། །  
 འཕགས་པ་སྟོབ་པའི་ཤེས་ཐོབ་ཏུ། །བདེན་སྦྱང་ཡོད་དེ་བདེན་ཞེན་མེད། །མཉམ་གཞན་གའོ་ན་གཉིས་ཀ་  
 མེད། །མངས་རྒྱལ་ས་ན་མཉམ་ཤེས་མེད། །སོ་སྟེ་རྣམས་ལ་གཉིས་ཀ་ཡོད། །ཡུང་པོ་ཚོགས་ཅམ་ལ་བརྟེན་  
 བས། །རའོ་སྟམ་པའི་སྟོ་ལ་ནི། །ར་ནི་བདེན་པར་སྦྱང་བ་ན། །དེ་ཉིད་བདེན་པའི་གཅིག་དང་ནི། །བདེན་པའི་  
 དྲུ་མར་མ་གྲུབ་པར། །ངེས་པའི་རྟགས་ལས་ར་ཉིད་ནི། །བདེན་པར་མེད་པར་ངེས་པ་ཡི། །ངེས་ཤེས་དེ་ཡི་  
 འཛིན་སྐྱབས་དེ་ཡི། །རྒྱུན་ནི་སྟོང་པ་ཡིན་ཞེས་ཀྱང་། །ར་ལ་གཞོད་པ་རྒྱུང་བར་ངེས། །དེ་ཡི་རྒྱུ་མཚན་ཅི་སྟེན་

བ། །དེ་ལྟར་པོ་འཁྱེད་ཀྱི། །བདེན་པར་ཁེགས་པ་དགོས་པ་ལ། །ཕྱང་པོ་ལ་ནི་དམིགས་པ་ལ། །ཕྱང་པོ་འཁྱེད་གིང་ཉིད་ནི། །བདེན་པར་གྲུབ་པ་མཁེགས་པ། །དེ་ལྟར་ཕྱང་པོ་འཁྱེད་ཀྱི་འགྲིང་། །དང་ཕྱང་པོ་ཁེགས་པ་ནས། །བདེན་མེད་ཅི་ཅམ་བསྐྱོམས་ཀྱང་ནི། །འཛིན་སྐྱད་ས་དངོས་སུ་མི་འགལ་ཞིང་། །དེ་ལྟར་པོ་ལ་དམིགས་པ་ནས། །བདེན་པར་གྲུབ་པར་སྒྲུབ་པ་ལ། །སྒྲུབ་པ་དེ་ལྟར་མ་གྲུབ་པར། །ཚང་མས་ངེས་ཤེས་འདྲོངས་ན་ནི། །གཞོད་གྱི་གཞན་དུ་མ་ཡིན་ནོ། །ཕྱང་པོ་ལ་དམིགས་པ་འོ་ཞེས། །དེ་ལི་བདེན་གྲུབ་པ་གཤམ་ཅོམ་གྱི། །མེད་དགག་འཛིན་སྐྱད་ས་ལུ་ལ་བྱས་ནས། །ཤུགས་མ་ཉམས་ཤིང་གསལ་ངར་ལྡན། །བྱིང་ཞོད་བྱལ་ཞིང་མཚན་འཛིན་ཞིག། །ཕྱང་པོ་ལ་ནི་དམིགས་པ་ནས་ནི། །དེ་ལྟར་ལུ་ལྟ་ཤར་བ་ལ། །འཛིན་སྐྱད་ས་སྒྱུར་ལ་མཁེགས་ན་ནི། །དང་དང་འཛིན་སྐྱད་ས་འགལ་བ་སྟེ། །དེ་ལྟར་པར་རྣམས་མེད་ཀྱང་། །དེ་ལྟར་ཉིན་མོ་འཁྱེད་མ་ཅོམ། །རྒྱན་དུང་ལི་གཞལ་བྱར་ངེས། །དེ་ལི་གཤམ་མ་མཐོང་བར། །དེ་ལྟར་ཟེར་མི་རྣམས་གྱིས། །འདྲེ་ནི་ཤར་སྒྲོར་གནས་པ་ལ། །སྒྱུད་ནི་རྒྱུ་སྒྲོར་སྒྱུ་ལ་དང་མཚུངས། །རྒྱན་མ་ངོས་ནི་མ་ཟིན་པར། །རྒྱན་མ་འོ་འཁྱེད་འཛིན་པ་འདྲ། །འཕེམ་ནི་མིག་གིས་མ་མཐོང་བར། །འཕེམ་ལ་བརྟེན་པ་འོ་མེད་པ་བརྒྱུ་འདྲ། །ཞོར་བྱེད་ནི་མ་ཤེས་པར། །ཞོར་བྱ་བཅོམ་ནས་རེ་སྒྲོང་འདྲ། །ཤེས་པ་ཁྱོད་ནི་མཐོང་ལུ་མི་ན། །དེ་ལྟར་གྱི་བདག་པོ་ལོ། །དེ་ལྟར་བདེན་པ་མ་གྲུབ་པ་ལི་ན། །ལ་ལ་དེ་ལྟར་དོ་ཟེར། །རྣམ་བཤུན་རིགས་པས་དཔྱད་རྟགས་གྱིས། །ཕྱང་པོ་ལ་དམིགས་པར་ཉིད་ནི། །བདེན་པར་མེད་པར་ངེས་པ་ལ། །ངེས་ཤེས་འཛིན་སྐྱད་ས་རྒྱུ་སྒྱུར་ཟེར། །འཛིན་སྐྱད་ས་དེ་ནི་ཇི་ལྟ་བུ། །ཤེས་པ་འཁྱེད་རྒྱུ་ལ་ཟེར་ན་ནི། །དེ་ནི་དེ་ལྟར་བསྐྱོམས་པས་ན། །ད་ལ་གཞོད་པར་མི་འགྱུར་ཞིང་། །སྒྲོ་ནི་གྱུན་རྒྱུ་ལིན་པར་མཐུན། །རང་བཞིན་མེད་པ་ལིན་ཞེ་ན། །དེ་ལིས་རྒྱུ་གསལ་པར་གཞོད་མི་འགྱུར། །དེས་ན་ད་ལ་གཞོད་པ་ཆུང་། །འཛིན་སྐྱད་ས་མེད་དགག་ལིན་ཟེར་ན། །མེད་དགག་ཅི་འདྲ་ཞིག་ལ་ཟེར། །རྣམས་མཁེགས་མཐའ་དབྱུག་མེད་ལ་ནི། །མཐའ་



དབུས་མེད་པའི་དོན་དེ་ནི། །གཟུགས་མ་གྲུབ་དང་དོན་འདྲ་བས། །ང་ལ་དམིགས་པར་མི་འགྱུར་ན། །འཛིན་  
 སྐངས་འགལ་བར་ག་ལ་འགྱུར། །ང་ལ་གནོད་པའི་སྤྱོད་མ་མེད། །སྤྱོད་པོར་མཐོང་ལ་ཟེར་ཅེ་ན། །སྤྱོད་པོ་  
 རིང་བ་མདངས་ཡིན་ཅིང་། །ནམ་མཁའི་དོན་ལ་འང་མི་རེག་ན། །འཛིན་སྐངས་འགལ་བ་ལྟ་ཅི་སྒྲིམ། །  
 གནོད་པར་འགྱུར་བ་གང་མིའི་གནས། །ཐོགས་བཅས་རགས་པ་བཀག་ཅོམ་ལ། །བྱེད་དོ་ཟེར་ན་ཡིན་མོད་  
 གྱི། །རྒྱུན་ནི་གང་ལ་བྱེད་པར་འགྱུར། །ངེས་ཤེས་དེ་ལ་བྱེད་ཟེར་ན། །དེ་ནི་ངེས་ཤེས་རྒྱུན་ཡིན་པས། །ང་  
 ཉིད་བསྐྱོམ་པ་ཁོ་ནར་གནས། །འཛིན་སྐངས་འགལ་བ་ཡང་ཅང་ཆེ། །རང་བཞིན་མེད་ལ་ཟེར་ཅེ་ན། །ཡིན་  
 མོད་མེད་དགག་རྒྱུན་ནི་གང་། །གཅིག་གམ་མི་གཅིག་ཇི་ལྟར་བྱེད། །མི་གཅིག་ན་ནི་ངོས་འཛིན་དགོས། །  
 ཐོགས་བཅས་རགས་པ་བཀག་ཅོམ་ལ། །ནམ་མཁའི་མེད་དགག་ཅོམ་བདགས་བཞིན། །བདེན་པར་གྲུབ་  
 པ་བཅད་ཅོམ་གྱི། །མེད་དགག་དེ་ཡི་རྒྱུན་དེ་ལ། །ཁོང་གི་ངེས་ཤེས་དེ་ཡི་ནི། །ཡུལ་ལམ་འཛིན་སྐངས་མེད་  
 དགག་གི་ཁིང་འདོགས་བྱེད་ན་ཡིན་མོད་གྱི། །དེ་ཉིད་དཔྱིད་ལ་རྟུགས་པ་དང་། །མཉམ་པར་འཛོགས་པའི་  
 ཆོན་ནི། །བྱིང་དང་རྟུགས་དང་མི་གསལ་དང་། །ངར་མེད་པ་དང་ལྷགས་མི་ལྟ་ན། །ཉོག་དང་ཉེད་པོར་ལས་  
 པ་དང་། །ཚིང་འཕྲོ་བྱེད་བ་རྣམས་ལ་སོགས། །དགོས་དུས་ང་ཡིས་བཏང་བས་ན། །སྤྱོད་ནི་ཅི་བྱ་གཏོ་ལ་མེད་  
 དོ། །གསོབ་དང་གསོག་དང་སྤིང་པོ་མེད། །བན་བྱུན་ལ་སོགས་ང་ཡིས་གཏོང་། །སྤྱོད་ནི་འཁྲུལ་བས་དེ་ལ་  
 ཞེ་ན། །ང་ཡིས་བྱིན་རྒྱལ་བས་བྱས་འོག་ཉལ། །ངེས་ན་ང་ལ་གནོད་མི་འགྱུར། །དཔྱིད་དུས་མ་ཟད་མཉམ་  
 གཞག་ཏུ་འང་། །སྤང་པོ་ལ་དམིགས་ང་དེ་ནི། །བདེན་པར་གྲུབ་པའི་དགག་བྱ་དེ། །དམིགས་ཡུལ་ནར་མར་  
 མ་བཟེད་པར། །བཅུག་ནས་བཀག་པའི་མེད་དགག་གི་རྒྱུན་ལ་ལྷགས་དང་གསལ་པར་ནི། །ཡིངས་མེད་  
 མཉམས་ལྟན་པར་ནི། །མཉམ་གཞག་བསྐྱོམ་ན་མཁའ་པ་ཡིན། །དེ་འདྲ་སྤིང་མཐའ་ཅོམ་ཡིན་པས། །  
 དེ་ནི་སྤིང་ཉལ་རིང་མི་བྱེད། །ཤེས་རབ་སྤྱོད་ནི་ཅོ་ཙུབ་མང་། །མང་བ་ཅོམ་དུ་ཟད་ལགས་གྱི། །ང་དང་སྐྱོམ་

ཆེན་ཀུན་མཐུན་པས། །ཁྱོད་རང་ཡི་ཐང་མ་ཆད་པར། །གནས་ལུགས་དང་དྲུ་ཉལ་ན་ལགས། །ངན་ལུགས་  
 ཟེར་མང་ལགས་ཀྱང། །ང་ལ་གཞོད་པར་མི་འགྱུར་པའི། །རྒྱ་མཚན་འདི་ལྟར་ཡོད་པས་ན། །ཤེས་རབ་རྒྱ་  
 བ་གཞུངས་ལ་ཉོན། །སྤྱིར་དུ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ནི། །ང་ཡི་མངའ་ཞབས་འབངས་སུ་མཆི། །འོན་ཀྱང་  
 ཐར་པར་འདོད་རྒྱམས་ལ། །ང་ཡི་མངའ་ལྟ་འཕངས་པའི་ཆོ། །ཐར་ལ་འཕགས་པར་ག་ལ་རྒྱས། །གྲུབ་  
 མཐར་ལུགས་དང་མ་ལུགས་གཉིས། །ལུགས་པ་སྤུམ་པར་ཅོམ། །དེ་ལ་འད་ཕྱི་ནང་གཉིས་ཡོད་པའི། །  
 ཕྱི་པ་ཆེས་ནི་མང་བར་ཡོད། །ཕྱི་ལ་འད་གྲུབ་མཐར་མང་མོད་ཀྱང་། །འབྲུ་ན་རྟག་ཆད་གཉིས་སུ་འདུས།  
 །དེ་ཡང་འཇིག་རྟེན་རྒྱུད་འཕེན་པ། །འདི་ག་གཅིག་ཕུ་མ་གཏོགས་པའི། །སྤྱི་པ་སྤྱི་ཕྱི་པས་མི་ལེན། །ཐར་  
 དང་དགོན་མཚོ་ག་གསུམ་སོགས་མེད། །སྤྱོད་པ་པ་ཡིས་ཕྱི་མ་ཡི། །བདག་ཡོད་ཅོམ་ཞིག་ཁས་ལེན། །  
 ཀྱང་། །ཐར་དང་ཐམས་ཅད་མ་ཁྱེན་པ་མེད། །གྲངས་ཅན་ལ་སོགས་གཞན་རྣམས་ཀྱིས། །ཐར་པ་འདོད་  
 ཀྱང་རྣམ་མ་ཁྱེན་མེད། །རྟག་པས་འབྲས་པ་སྤྱི་པར་འདོད། །སྤྱི་ཕྱི་གསུམ་རྣམས་ཀྱི་བསམ་པ་གཏན་ནི། །བཞི་  
 ཐོབ་མཐོན་ཤེས་རྒྱུ་འབྲུལ་སོགས། །རྒྱས་པ་ཐོབ་ཅིང་ལྟ་བུ། །ཤོ་མས་པས་བཟོད་པ་མི་འཐོབ་ཅིང་། །ཁྱོད་  
 ཅེ་ཅོམ་དུ་འད་བཟོད་རྒྱས་མེད། །ཤེས་རབ་བསྟོམ་པར་མི་འདུག་པས། །ང་ལ་ཅི་ཡི་ཕྱིར་ན་གཞོད། །ཆོར་  
 འདུ་སེམས་པ་སོགས་བཀག་པའི། །ཡིད་ལ་བྱེད་པར་བཀག་ནས་ནི། །བྱར་མེད་མཉམ་གཞག་བསྐྱེལ་  
 པར་བསྟོམ། །དེས་ཀྱང་ང་ལ་གཞོད་མི་འགྱུར། །ཅི་ཡང་མེད་པའི་ལྟ་བུ་ཡིན། །གང་དུ་ཡོད་སོགས་དབྱེད་  
 པ་ཡི། །འདུ་ཤེས་བཀག་པའི་ལྟ་བུ། །གཉེན་པོ་ཤེས་རབ་མེད་པས་ན། །བསྐྱེལ་པར་བསྟོམ་སྟེང་ར་མི་  
 གཞོད། །འདུ་ཤེས་མེད་པའི་ལྟ་བུ་ཡིན། །དེ་ལྟར་བསྟོམ་པས་འདུ་ཤེས་དེ་འདྲ། །ཡོད་པ་མིན་ཅིང་མེད་པ་  
 མིན། །ཡོད་མེད་གང་དུ་འད་མི་རྟོག་པར། །བསྐྱེལ་པར་བསྟོམ་སྟེང་ར་མི་གཞོད། །ང་ལ་གཞོད་པའི་གཉེན་  
 པོ་མེད། །ཡོད་མིན་མེད་མིན་ལྟ་བུ། །དེ་ལྟར་བསྟོམ་པས་གཞུགས་སོ་གྱི། །མཚན་མ་ཅི་ཡང་མ་མཐོང་

ཞིང་། ཅི་ཡང་ཡིད་ལ་མི་བྱེད་པའི། ཡིད་རྟོག་འབར་ཞིག་གསལ་འགྲུལ་ཅིང་། རེ་ལ་མཉམ་གཞག་  
 བསྐྱེད་མེད་བསྐྱེད་ཅིང་། རེ་ལ་བྱུང་ཡི་ཤེས་པ་ལ། ཁྱུ་བཟང་ལྟ་བུ་བྱེད་སྤྱད་པ་ལྟ་བུ་ཞི། མ་གཏོགས་སྤྱད་པ་ལྟ་བུ་  
 གཞན་མེད་མེད། རྒྱུན་དང་མ་འཕྲད་ཡིན་པར་ཟད། ར་ནི་དེ་གར་སྤྲོད་པ་ལ། གཉེན་པོའི་གནོད་པ་  
 རྩོགས་ན་པར་མེད། ཤེས་རབ་བསྐྱེད་པ་ལྟ་བུ་སྤྲོས། གཟུགས་མེད་ཁམས་པའི་ལྟ་བུ་ཡིན། ར་ལྟ་བུ་  
 བསྐྱེད་པ་པལ་མེ་ཆེ། སྐྱོམ་གྱི་མིང་འདོགས་བཟང་བཟང་དང་། སྐྱེན་སྐྱེན་རིམ་མཉམ་གཞག་ལགས་ཀྱང་། ར་  
 བསྐྱེད་པའི་གནས་སྐབས་རང་ལ་ཡང་། འདི་རྒྱམས་བསྐྱེད་པའི་མི་འདུལ་བར་། ར་མེད་སྤྱི་ཡིས་རྟོགས་  
 པ་མེད། ར་དང་ཤེས་རབ་གཉིས་ཀྱི་ནི། འཛིན་སྣངས་དངོས་འགལ་ཡིན་པས་ན། འཛིན་སྣངས་དངོས་  
 འགལ་མ་ཞུགས་པའི། བསྐྱེད་ཀྱིས་ར་ལ་གནོད་པ་མེད། ལུས་པའི་གཉེན་པོར་སྣང་བ་བཞིན། ར་གོས་ཀྱི་  
 གཞན་གྱིས་མ་ཡིན་ནོ། རྩུང་པོ་ཞིག་ཆོ་སྤྲང་འཛིན་སྤྱོ། མི་སྤྱོ་བ་ལ་ལྟ་བར་འདོད། གསལ་འགྲུལ་ཅིང་མི་  
 མི་འདོར་བས། ཤེས་རབ་བསྐྱེད་པའི་མི་འདུལ་ཞིང་། རེ་འདྲ་བྱེད་བྱས་སྤྱོད་པ་འདོད། ར་ལ་གནོད་པའི་  
 རྩོགས་ན་པར་མེད། རྩུ་ལ་སྤྲན་རྩོགས་ཀྱི་ཆ་མེད་ནི། མ་རེག་མ་འབྱུར་རེག་ལ་ཁད། མི་ལ་བྱུར་གནས་ལ་  
 ཅུ་གཅིག་ཀྱང་། མཉམ་པར་བཞག་པའི་མཐུ་ལས་ནི། སྤྲང་བ་ཐམས་ཅད་བན་བུན་དང་། གསོབ་དང་  
 གསོག་དང་སྤྲོད་པོ་མེད། ར་གསལ་ལུས་པར་མཐོང་བ་ན། རི་དང་རབ་ཁད་ཁྱིམ་དང་། ཅིག་པ་ལ་ནི་ཐལ་  
 བྱུང་དང་། ར་ཐོགས་སྤྱད་མེད་པར་འགྲོ་བ་དང་། རོ་ལ་རྒྱང་ལག་རྩིས་འཛོགས་ལས། རོ་ལ་རྒྱང་དཔག་  
 མེད་མང་འཛོད་ཀྱང་། ར་དང་འཛིན་སྣངས་དངོས་འགལ་གྱི། གཉེན་པོ་མེད་པས་རང་མི་གནོད། ར་ལྟ་བུ་  
 སྐྱོམ་ཆེན་པོ་ཆེར་ནི། ར་དེ་དག་བྱུང་ཆོ་མཆོག་འཛིན་པས། ཤེས་རབ་བསྐྱེད་པ་ལྟ་བུ་སྤྲོས། ར་ཡི་  
 བསམ་པ་རྟོགས་པ་ཡིན། ཅི་ཕྱིར་ཡི་གཉེན་པོ་མེད། རོ་ན་ཀྱང་དེ་དག་སྤྱོས་པ་ན། རོ་དང་གཉིད་ལ་མོས་  
 པ་ཡི། རྒྱུ་ཅིང་བྱེད་པས་བསྐྱེད་པ་ཤིག་གོ་རོ་ན་ཀྱང་ཡི་བདེན་གྲུབ་དེ། ར་དེ་དག་རྒྱམས་ཀྱིས་འདོར་མི་

ལུས། བདེན་གྲུབ་དོར་བས་དངོས་རྣམས་ཀྱི། རྒྱ་འབྲས་བྱ་བྱེད་འཛིག་མི་ལུས། འདྲ་འབྲས་མཐའ་  
 གཅིག་པས་ན། འད་ལ་གཞི་དཔའི་རེ་ཐག་ཆད། འཁྱེད་ཐོས་མདོ་སྡེ་བ་རྣམས་སོ། འདི་ཡི་མཉམ་གཞག་ཅི་  
 བསྐྱོམས་གྲང་། འོད་རྩེ་ཅམ་དུ་བསྐྱོད་ལུས་མེད། བསྐྱོད་པ་སྦྱེ་བར་ག་ལ་ལུས། ཁེམས་ཅམ་རང་རྒྱུད་པ་  
 རྣམས་ཀྱིས། ཆོས་རྣམས་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་གྲུབ། རང་གི་མཚན་ཉིད་ཀྱིས་གྲུབ་དང་། རང་བཞིན་གྱིས་ནི་  
 གྲུབ་པ་དང་། རྩམ་སྒྲུབ་པའི་རྣམ་གཞག་རྣམས། ཆོད་གྲུབ་ཏུ་ནི་མཛོད་པར་སྒྲིང་། རྒྱུད་པར་ཁེམས་  
 ཅམ་དངོས་སྒྲུབས། འདོས་པོ་བདེན་གྲུབ་ཁས་ལེན་ཅིང་། ལྷ་བའང་དེ་མཐུན་བསྐྱོམས་པས་ན། འད་ལ་མ་  
 གཞི་དཔའ་ཟད་པར། འདྲིད་བསྐྱོམ་པར་གྱུར་པ་ཡིན། འདྲ་འབྲས་པར་ཡི་གྲོགས། ཐམས་ཅད་མཁྱེན་  
 པ་ལྟ་ཞིག་ཅིག་ཐར་པ་ཅམ་ཡང་ཐོབ་པར་དགའ། རང་བཞིན་གྲུབ་པ་མེད་པ་ལ། རྒྱ་འབྲས་འཛིག་པ་མི་  
 ཤེས་པས། བདེན་པ་གཉིས་དང་ཐར་པ་མེད། མགོན་པོ་སྤྱུ་སྒྲུབ་ཀྱི་གསུང་ལས། སྤྱི་རོལ་གྱུར་ལ་ནི་བའི་  
 ཐབས་མེད་དེ། འདྲ་ལ་གྲུན་རྩོད་ཉིད་བདེན་ལས་ཉམས། བདེན་གཉིས་ཉམས་ལ་ཐར་པ་འགྲུབ་ཡོད་  
 མིན། ཞིས་སྒྲིགས་ང་ཡི་གཞུང་དུ་གསུངས། འདུ་མ་རང་རྒྱུད་པ་དག་གྲང་། བདེན་པར་གྲུབ་པ་མི་བཞེད་  
 གྲང་། རང་གི་མཚན་ཉིད་ཀྱིས་གྲུབ་པ། ཐམས་དུ་ནི་མེད་པ་ན། བྱ་བྱེད་རྒྱ་འབྲས་འཛིག་མི་ཤེས། འདི་  
 འདྲའི་ལྷ་བ་མ་པོར་བྱིན། ཐེག་པ་གསུམ་པོ་གང་གི་ཡང་། འཕགས་ལམ་རྒྱུད་ལ་སྦྱེ་བ་དགའ། སྦྱོམ་  
 ཆོད་མཔ་དེ་ཆོས་གྲང་། འདི་ཅམ་ལས་ནི་མ་སྦྱོད་ན། ཅི་ཡང་མི་ཤེས་མ་བསྐྱབས་པའི་སྦོམ་སྒྲུབ་བྱེད་  
 པ་ཕལ་ཆེར་ནི། མ་རིག་སྤྲུན་པའི་སྦྱོད་ནི། འདི་ལས་ནག་པའི་ཅིག་ཁྲག་གི། ནག་པ་ཞིག་ལ་རྩོན་བཅས་  
 ནས། འདྲ་འཛིན་སྒྲུངས་མི་འགའ་བའི། ཡིད་ལ་བྱུར་མེད་བསམ་རྒྱུ་མེད། སྦོམ་མེད་བལྟ་རྒྱུ་མེད་དོ་  
 ཟེར། གསལ་རིག་ཐེམས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་ནི། ཡིན་པ་རྒྱུས་ནི་མེད་པས་ན། གསལ་རིག་ཅམ་ལ་མ་ཡིངས་  
 པར། འཛིག་པ་སྦོམ་གྱི་ཡང་རྩེར་འདོད། ཐར་པ་ཅམ་ཡང་མི་འཐོབ་ན། ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་གང་མའི་

གནས། །གང་ཡང་ཡིད་ལ་མི་བྱེད་པར། །གསལ་རིག་ཅིམ་ཞིག་བསྐྱོམ་པ་ནི། །མེས་པ་རང་བསྐྱོམ་པ་ཡིན་  
 པས་ན། །ང་དང་མེས་པ་གཉིས་འབྲལ་མེད་གནས། །དེ་ནི་དེ་ཉིད་བསྐྱོམ་པ་ཡིན། །ང་ཉིད་བསྐྱོམ་པ་འི་  
 འབྲས་བུ་ལ། །ཐར་པ་ཐོབ་པ་མེད་གྱི་ཁར། །ང་ཉིད་རྒྱས་སུ་འགོ་བཤམས། །འོས་མེད་གཞན་དུ་མ་ཡིན་ནོ། །  
 དབྱུང་མར་གྲགས་པ་རྣམས་ལ་ཡང་། །ཐལ་འགྱུར་བཤམས་ལྟག་པ་མེད། །དེ་ཡི་ལྷ་བཟང་འཕགས་པ་ཡི། །  
 རྩིས་ཐོབ་ཅིམ་གྱི་ལྷ་བ་ཡིན། །མངས་རྒྱས་སུ་དེ་ཡང་འདོར། །དེ་ཡི་རྒྱ་མཚོ་ནི་ཕྱིར་ན། །ཐ་སྐྱོད་བདག་པ་  
 ཡོད་མིང་རྒྱུང་ཅིམ། །ཐལ་འགྱུར་བས་ནི་འདོད་པ་ཡིན། །མངས་རྒྱས་སུ་མིང་དོན་གྱི། །མཚོན་མ་གང་  
 ཡང་མ་མཆིས་སོ། །མཉམ་གཞག་རྩིས་ཐོབ་ཡོད་པར་ནི། །རྒྱུད་སྤྱོད་གསལ་ནས་གསུངས་པ་ཡིན། །ཞེས་  
 རབ་གྱིས་ནི་ལམ་རྣམས་པ། །ང་ལ་དད་པ་ཅིམ་གྱིས་ཀྱང་། །རྒྱུག་པ་མཐའ་དག་ཞི་བར་བྱེད། །ང་ལ་ཐེ་ཚོམ་  
 རོམ་པས་ཀྱང་། །སྤྱིད་པ་རྒྱལ་པོར་བྱེད་འགྱུར་ན། །བསྐྱོམ་ན་ཁྱོད་འབྱུང་ཐེ་ཚོམ་མེད། །ང་ཉིད་བསྐྱོམ་པས་  
 ཐར་པ་ཐོབ། །ཁྱོད་ཉིད་འཁོར་བར་ལྷུང་བའི་དག། །ཁྱོད་ནི་ཅུད་ནས་མ་བཅོམ་ན། །འཁོར་བར་སྐྱུར་ལ་  
 མཐའ་མི་འདུག། །བདེན་འཛིན་གྱིས་ནི་ལམ་རྣམས་པ། །ང་ཉིད་འབྱུང་པར་བྱེད་པ་ལ། །གཉེན་པོ་སྐྱོམ་པར་  
 མི་བྱེད་པར། །རྒྱ་གཅིག་བྱས་པས་འགོ་བཤམ་དག། །གཉེན་པོ་འཛིན་སྐྱེད་སུ་མ་འགལ་ན། །དཀོན་མཆོག་  
 གསུམ་གྱིས་གཙོ་མཛད་པའི། །མེས་པ་ཅན་ཐམས་ཅད་དགྲར་ལངས་ནས། །ཤོ་ཤོན་མཚོན་ཆ་སྤྲོ་ཆོག་པས་  
 ཐོགས། །རྒྱུ་དང་གསོད་གྱི་དགྲ་འབྱིན་ཅིང་། །མཐུད་དུ་འབྲལ་ལུས་པ་རྣམས། །ཁི་ཅིམ་མང་བཅིམ་  
 གྱིས་ཀྱང་། །ང་ཡི་རྩྱུགས་ཉིད་རྒྱས་པས་ན། །ཞེས་རབ་ཁྱོད་གྱིས་གང་དུ་བྱིན། །ང་ཡི་རྩྱུགས་ལ་འང་མ་  
 འཁོར་ན། །འབྱུང་དོ་ཞེས་པ་སྤྱེ་སྤྱུགས་ཡིན། །ང་ཡི་འོག་དུ་ཚུད་པ་ཡི། །མེས་པ་ཅན་རྣམས་ལ་སྐྱོས་ཅི་  
 དགོས། །ཁྱོད་གྱི་རྩྱུགས་སུ་བསྐྱེད་པ་ཡི། །ཐར་པ་ཐོབ་པར་བྱེད་དོ་ལོ། །མཚོན་ཉིད་སྤྱུགས་པ་སྐྱོམ་ཆེན་པ། །  
 སལ་ཆེར་ཁ་ལ་ཆོ་འདི་ནི། །སྤྱོས་བདང་ཡིན་ཟེར་ཞེ་ལ་ནི། །ང་ཡི་ཉན་ཐོས་ཁོན་དང་། །བྱ་བ་དང་བྱ་བྱེད་

གཞན་ལས་མང་། །ཁྱད་པར་མཁས་བཙུན་བཟང་གསུམ་ཡང་། །ཕལ་ཆེར་ར་དང་ཤེས་རབ་གཉིས། །  
 འདམ་དུ་བཅུག་ནང་ཉིད་འདམ། །ཅི་ཡི་ཕྱིར་གསྟོང་ཉིད་ནི། །ཟུང་མིན་ཅིང་གོ་ན་ཟུ་མིན། །མཐོང་བའི་  
 ཡུལ་གསྟོང་མེད་ཅིང་། །ཕྱི་མ་གར་མོང་ཆ་མེད་ཡིན། །རྗེ་འབྲལ་ལ་ཉེར་མཁོ་ཡིན། །རྩེ་རྩེ་བཟ་  
 བཟང་རྒྱ་དང་། །འགྲུར་སྤྱི་ཞབས་རྟོག་ཆེ་ཆུང་དང་། །འབྲལ་བ་བཟང་རྒྱ་ལེགས་ཉེས་སོགས། །ངལ་ས་  
 འཕྲལ་དུ་རྟོགས་ནས་ནི། །གདབ་ལ་ན་བཟང་རྒྱང་ཡིས་བྱེད། །དག་འཇག་ཐམས་ཅད་ངལ་ས་བྱེད། །ཆོས་  
 བརྒྱད་སྒྲིག་ཏུ་རས་བཅུད་ན། །ཁྱོད་ཀྱིས་དེ་དུས་གང་དུ་ཕྱིན། །མཐོང་མན་འབྲིང་གསུམ་ཐམས་ཅད་ལ། །  
 རྗེ་འབྲལ་མར་བཅར་མར་དགོས། །ཁྱོད་ནི་འགྲུང་བའི་གཏམ་ཡིན་མོ། །ཤེས་རབ་ཁྱོད་ནི་འདི་ཉིན་  
 ཅིག་ཁྱོད་ལ་ཐེ་ཆོམ་ཟ་བདེ། །མིད་པ་རྩལ་བོར་ཨ་བྱེད་ཀྱང་། །ཁྱོད་ལ་ཡིད་མི་ཆེས་པའི་རྟགས། །ཟུ་  
 མཚན་ལྟོ་ཕྱིར་ཆོས་ནི་འཆོང་། །ཆོས་ར་བོར་ནས་གྲོང་ཡུལ་འགྲིམ། །སྒྲོམ་པ་བོར་ནས་བག་མ་ལེན། །ཆུ་ལ་  
 བྱིམས་བོར་ནས་འདོད་པ་སྒྲུབ། །རི་ཁྱོད་བོར་ནས་ཁྱིད་ཀྱོག་བྱེད། །འདོད་པ་མ་སྒྲུབ་པོར་ཆོས་སྒྲུབ། །  
 འཁོར་བ་མ་སྒྲུབ་ཐར་པ་སྒྲུབ། །ཆོས་བརྒྱད་མ་སྒྲུབ་པམས་གཏན་སྒྲུབ། །ང་ཉིད་མ་སྒྲུབ་སྟོང་ཉིད་  
 སྒྲུབ། །རས་ཁ་གང་ལ་དབང་བསྐྱར་འཆོང་། །སྒྲིག་ཆོག་གཅིག་ལ་རྩེས་གནང་འཆོང་། །ག་ཤིང་ཆོག་འདི་  
 ཕྱི་གཉིས་ཀ་འཆོང་། །དེ་སོགས་རྣམས་གྲངས་ཆེས་མང་མོད། །ཐམས་ཅད་ངལ་འཕྲིན་ལས་ན། །ཁྱོད་ཀྱིས་  
 དེ་དུས་གང་དུ་ཕྱིན། །འབྲུད་པའི་སྤྱི་སྒྲགས་མ་འདོན་ཅིག། །གཞན་ཡང་ཤེས་རབ་འདི་ཉིན་ཅིག་འཆིབ་  
 རྟིང་ནས་མ་དུན་ན། །ཆོས་པའི་མིང་ནི་ཅི་བཏགས་ཀྱང་། །ཆོ་འདི་ལས་ནི་འོས་ཅི་ཡོད། །འཁོར་བ་སྦྱིད་ང་  
 བྱེད་གཤིག་ཉེས་དམིགས་བསམས་པས་སྟིང་ནས་ནི། །ཐར་འདོད་སྤྱོད་མི་སྦྱིས་ན། །ཉན་ཐོས་ཐར་པ་འང་  
 ག་ལ་འཐོབ། །ཐམས་ཅད་ཀྱུན་ལ་བྱ་གཅིག་ལྟར། །བརྟེ་སྤྱོད་རྟིང་ནས་མ་སྦྱིས་ཤིང་། །ལྷག་བསམ་ཁུར་དུ་  
 མ་ཁུར་ན། །ཐེག་ཆེན་གྲལ་དུ་ག་ལ་ཆུད། །ཞི་གནས་མཐུ་ལ་བརྟེན་ནས་ནི། །ང་དང་འཛིན་སྒྲུབ་འགལ་

བཡི། །ཤེས་རབ་ཁྱོད་ནི་བསྐྱོམ་པ་ལ། །དབྱེད་པས་གནས་པ་ལྟག་པར་ནི། །འདྲེན་པའི་ཤིང་སྤྱངས་མ་ཐོབ་  
 མ། །ལྟག་མཐོང་བསྐྱོམ་པར་ག་ལ་འགྱུར། །དེ་བས་ང་འབྱུང་མ་ཟེར་ཅིག། །འཁྱིད་འབྱུང་ཟེར་བ་མང་  
 ལགས་གྱུང། །སྤར་ཡང་སེམས་དང་འགྲོགས་འགྲོགས་པ། །དབྱེད་སེམས་དང་འགྲོགས་འགྲོགས་པ། །  
 རྩོམ་ཆད་ཁྱོད་གྱིས་གང་དུ་བསྟུང། །ངའི་སར་ནི་ཁྱོད་མ་བྱུང། །དབྱེད་ཁྱོད་ནི་བྱེད་ཡོང་ཟེང། །རྩོམ་ཆད་  
 འཕགས་པ་ཐོབ་པ་རྣམས། །ཡུ་དུམ་མ་འི་འི་མེ་རྟོག་བཞིན། །སྤྲེལ་ཁ་ལེགས་པ་རེ་རེ་ཅོམ། །དེ་ཡི་མིང་ལ་  
 མ་རིག་ཟེར། །མ་རིག་སངས་ལ་སངས་རྒྱས་ཟེར། །དེ་བས་ཁྱོད་དང་ང་གཉིས་ནི། །སེམས་དང་འགྲོགས་པ་  
 ང་སྟོམ་དང་། །ངའི་འཁོར་གྱི་ཉོན་མོངས་ནི། །བརྒྱད་ཁྱི་བཞི་སྟོང་ཡོད་པ་ལ། །གཉེན་པོ་བརྒྱད་ཁྱི་བཞི་སྟོང་  
 གསུངས། །ཟེར་བ་ཀུན་གྱིས་གློང་ན་ཡང་། །གངས་དང་ངོ་ནི་ཤེས་པ་མེད། །གཉེན་པོ་དང་སྟོས་ལྟ་ཅི་སྟོས། །  
 གཉེན་པོ་ཐམས་ཅད་དེ་ལ་ལགས་གྱུང། །ངའི་འདོད་པའི་ཉོན་མོངས་ནི། །གཅིག་པུ་ཐུབ་པར་མི་འགྱུར་  
 བས། །གཞན་རྣམས་གང་མའི་གནས་སུ་འགྱུར། །༥ །ཤེས་རབ་གྱིས་ནི་ལན་སྟེན་པ། །ཁྱོད་རང་གཏམ་  
 ལབས་བཟང་པོ་འདུག། །ཟེར་རྒྱུ་ཕ་བས་ད་སུ་ལ་འང་ཡོད། །ཁྱེ་ཡོད་གཡེར་མས་སྟོབ་པར་བྱེད། །ཁྱོད་གྱིས་  
 ལབས་ཆོད་བརྒྱན་པ་ཡིན། །ཡང་དག་མཐོང་ལ་ཀུན་རྫོབ་པ་ཡིན། །གཉི་མུག་ཅན་གྱི་ལ་བས་མངས་གྱུང། །  
 འགལ་བའི་རྣམ་གྲངས་མང་བར་ཟེང། །ལམ་དང་འཕོང་ར་ཉ་གཉིས་རྣམས། །ཡོང་གཏམ་ཅལ་ཅལ་དལ་  
 མེད་ལབས། །དོན་ཡོད་ལབས་ནི་གཅིག་གྱུང་མེད། །དེ་བཞིན་ཁྱོད་ལ་འང་དོན་མེད་མོད། །འོན་གྱུང་ཁྱོད་  
 གྱི་ལབས་རྣམས་ནི། །ཤལ་ཆེར་སྤངས་བྱུར་གོ་བས་ན། །རིགས་པ་ཁས་ལེན་ཟེར་ན་ནི། །ཁྱོད་ལ་འགལ་  
 འདུ་འདི་ལྟར་ཡོད། །ཉོན་མོངས་རྣམ་རྟོག་ཆོས་མང་མོད། །ཡང་དག་དོན་ལ་རྣམ་རྟོག་མེད། །ཁུ་སྟོན་  
 ཐམས་ཅད་ཅ་ཅོ་ཆེ། །རྒྱ་མཚོ་ཅ་ཅོ་ག་ལ་སྟོག། །སངས་རྒྱས་བདེན་པ་གསུང་བ་ཡིན། །བརྒྱན་པ་གསུང་བ་ག་  
 ལ་སྟེང། །བརྒྱན་པའི་རྣམ་གྲངས་ཅི་མང་ཡང་། །བདེན་པའི་དོན་དུ་མེད་པ་ཡིན། །བདེན་པའི་དོན་དུ་བདེན་

ཕའང་མེད། ཁྱོད་ནི་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས། ཁེམས་དང་ལྷན་ཅིག་གནས་ཟེར་ན། ཁེམས་ནི་རྟག་གམ་མི་  
 རྟག་གྲོལ། རྟག་གོ་ཞིན་སྐྱེ་བ་འགལ། མི་སྐྱེ་ཟེར་ན་མཛོན་སྐྱུལ་བསྟོན། མི་རྟག་ཟེར་ན་ཁེམས་ཀྱི་ནི།  
 སྐད་ཅིག་སྐྱེ་བྱི་ཡོད་དམ་མེད། སྐད་ཅིག་སྐྱེ་མ་ཡོད་ཟེར་ན། ཁེམས་ཀྱི་སྐད་ཅིག་སྐྱེ་མ་དེའི། བདེན་  
 པར་སྤང་བའི་སྤང་ཚུལ་དེ། ཁེམས་དང་ལྷན་ཅིག་འགྱུར་མེད་ཅིང་། རང་བཞིན་གཤམ་ཏུ་མི་འགྱུར་དང་།  
 རྟག་བརྟན་ཐེར་བྱུག་གྱུར་པས་ན། མ་རིག་པ་དང་ཁས་སྤངས་འགལ། སྐད་ཅིག་སྐྱེ་མར་འགྱུར་བ་མེད།  
 རྟག་པར་བཡང་མེད་པས་འགལ། བདེན་པར་གྲུབ་པ་ལ་འགྱུར་བ་མེད། འགྱུར་བ་ཡོད་ན་བདེན་གྲུབ་  
 འགལ། སྐད་ཅིག་སྐྱེ་མ་ཁས་ལེན་ན། སྐྱེ་མ་མ་འོངས་འབྱུང་འགྱུར་ཡིན། འབྱུང་འགྱུར་སྐྱེ་བའི་དོན་  
 ཡིན་ཞིང་། སྐྱེ་མ་ཞེས་པ་དང་པོ་ལ། ཁྱོས་ནས་སྐྱེ་མར་བརྟགས་པ་ཡིན། ཁྱོས་དང་སྐྱེ་བ་འསྐྱལ་བ་བཞག་  
 ལ། བདེན་པར་གྲུབ་པའི་ཁྱོས་མེད་དང་། འགྱུར་མེད་སྐྱེ་བ་མེད་པ་དང་། གཤམ་ལ་རག་ནི་མ་ལས་པའི།  
 རྟག་བརྟན་ཐེར་བྱུག་ཁས་ལེན་པ། དངོས་འགལ་ཡིན་པ་མ་རིག་གམ། རྟག་པར་དང་ལྷན་ཅིག་ན། རེ་  
 ལའང་སྐད་ཅིག་སྐྱེ་བྱི་ཡོད། སྐྱེ་བྱི་གོང་གི་རིགས་པས་མཚུངས། རེ་ཡིང་ལྟར་ལྷན་ཅིག་ན། རེ་ལའང་  
 སྐྱེ་བྱི་གོང་དང་མཚུངས། རེ་བཞིན་ཏུ་མ་ཐའི་སྐད་ཅིག་དང་། རྟག་མ་ཟད་པར་ཏུ་དབྱེད། རྟག་  
 ཟད་པའི་ཏུ་སྤྱང་བྱིན། ལྷན་ཅིག་གནས་པའི་གནས་མེད་ཅིང་། ཡོད་པའི་ཆོས་ཅིག་མ་དམིགས་ན།  
 ཁྱོད་ནི་སྤྱད་ལྷན་ཅིག་གནས། རང་བཞིན་གཤམ་ཏུ་མི་འགྱུར་བའི། བདེན་པར་གྲུབ་པས་གང་ཏུ་བྱིན།  
 དངོས་སུ་འགལ་བ་མ་མཐོང་ངམ། ཁྱོད་ཀྱིས་བསྐྱེད་པའི་ཏུག་གསུམ་དེའི། རང་པོ་ཞེས་སྐྱེས་པའི་ཆོ་  
 ཞེས་སྤང་བདེན་པར་གྲུབ་པ་ཡི། སྤང་ཚུལ་སྤང་བ་ལྟར་གྲུབ་ན། རང་བཞིན་གཤམ་ཏུ་མི་འགྱུར་བས། ཞེ་  
 སྤང་རང་ཏུ་འདོད་རིགས་མོད། འདོད་ཆགས་སོགས་སུ་སྐྱེ་བ་འགལ། འདོད་ཆགས་སོགས་སུ་སྐྱེས་པའི་  
 ཆོ། བདེན་པའི་རང་བཞིན་འགྱུར་མེད་དང་། རྟག་བརྟན་ཐེར་བྱུག་གནས་པས་ན། འགྱུར་མེད་རྟག་



པར་འདོད་ཆགས་སུ། །རིགས་ཀྱི་གཞན་དུ་འགྱུར་བ་འགའ། །གཏི་མུག་ལ་སོགས་གན་མཆིས། །གཏི་  
མུག་དང་ནི་སྒྲ་ཅིག་ཏུ། །གནས་སེའི་ན་སྣ་མའི། །སྒྲིན་ནི་འདིར་ཡང་སོན་གནས། །ཁམས་ནི་གཅིག་ཕུ་  
སོན་དང་། །སྒྲ་ཅིག་ཏུ་ནི་གནས་ཞེན། །ཁམས་ནི་བདེན་པར་གྲུབ་པ་ཡི། །སྒྲ་ཚུ་ལ་གཞན་དུ་མི་འགྱུར་  
དང་། །གཞན་ལ་གྲགས་པ་འགན་ནི་མ་ལས་པ། །ཁྲོས་མེད་རྟག་བརྟན་ཐེར་བྱུག་པས། །ཁམས་ཀྱི་འཁོར་དུ་  
བྱུང་བ་ཡི། །ཁམས་བྱུང་ལྟ་བུ་ཅུ་ཅུ་གཅིག་ནི། །གཞི་མ་གྲུབ་པའི་སྒྲིན་དུ་དང་། །ཁམས་ཀྱི་འཁོར་དུ་བྱུང་  
བ་འགའ། །ཉོན་མོངས་བརྒྱད་ཁྲི་བཞི་སྟོང་ཡང་། །ཆུ་བ་ཁམས་ལས་བྱུང་བ་འགའ། །དགོ་དང་མི་དགོ་  
ལུང་མ་བརྟན། །མེད་པ་པར་ཁམས་ལས་བྱུང་བ་འགའ། །ཁམས་ནི་རང་བཞིན་གྲུབ་པ་ན། །དགོ་ཐྲིག་ལ་  
སོགས་ལས་འབྲས་རྣམས། །གསར་སོག་མེད་ཅིང་སྤྱིང་བ་མེད། །འཁོར་བ་མེད་ཅིང་བྱུང་འདས་མེད། །  
ཆོས་བྱུང་བརྒྱད་ཁྲི་བཞི་སྟོང་མེད། །སྤྱབས་གནས་དགོན་མཆོག་གསུམ་ཡང་མེད། །དུག་གསུམ་མེད་ཅིང་  
དེས་བསྐྱེད་པ་ཡི། །ཉོན་མོངས་བརྒྱད་ཁྲི་བཞི་སྟོང་མེད། །མདོར་ན་ཐམས་ཅད་མེད་པས་ན། །འགའ་འདྲུའི་  
བྱུང་པོ་ཆེན་པོར་འགྱུར། །ཁོང་དུ་སྤོང་གིས་ཁས་བླངས་པ་ཡི། །ངའི་འཁོར་དུ་གཏོགས་པ་ཡི། །ཉོན་མོངས་  
བརྒྱད་ཁྲི་ཁས་ལེན་དང་། །ཀུན་ལ་ངའི་བྱིན་རྒྱལས་གིས། །ཁས་ལེན་ཐམས་ཅད་འགའ་འདྲུར་ནི། །སོང་  
བར་མ་མཐོང་ཅེར་ལོང་། །ཡང་ན་བསྟོན་ནམ་སྟོ་འམ་ཅི། །བདེན་པར་གྲུབ་ལ་ཆོས་ཀྱན་མེད། །ཆོས་ཀྱན་  
ཡོད་ན་བདེན་གྲུབ་འགའ། །འཁོར་བ་ཐོག་མ་མེད་པས་ན། །ཁམས་ནི་ལྟ་རྒྱུས་པའི་ཆོ། །དེ་ཡང་  
གཟུགས་མེད་ཁམས་སྒྲིས་ཆོ། །ཁམས་ནི་གཅིག་ཕུ་ལ་དམིགས་ནས། །བདེན་པར་གྲུབ་པར་བཟུང་བས་ན།  
།དེ་འཛིན་གཞན་དུ་མི་འགྱུར་བས། །སྤྱིར་དུ་གཞན་དུ་སྒྲི་བ་འགའ། །གལ་ཏེ་འོག་མར་སྒྲིས་པའི་ཆོ། །དེ་  
ཡི་བྱུང་པོ་ལ་དམིགས་ནས། །དེ་ལ་བདེན་འཛིན་སྒྲི་བ་འགའ། །གལ་ཏེ་བདེན་འཛིན་སྒྲིས་པ་ན། །རང་  
བཞིན་གཞན་དུ་མི་འགྱུར་འགའ། །ལྟ་ཡི་ཆོ་དང་དཔལ་འབྱོར་སོགས། །འདོད་ཡོན་བདེན་པར་གྲུབ་སྒྲུང་

བ། །དེ་ནི་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས། །ཁོར་ལྷོས་མེད་གྲུབ་གྲུབ་པ། །འགྱུར་མེད་རྟག་པར་སྡོད་པས་ན། །འཆི་  
 དང་ཆོ་འཕྲོག་ལ་སྤྲི། །འཆི་དང་ཆོ་འཕྲོག་སྤྲི་ཟེར་ན། །རང་ཚུགས་སྒྲུབ་པར་མ་གྱུར་པས། །འགྱུར་བ་མེད་  
 པའི་བདེན་གྲུབ་འགལ། །ལྷ་ལུས་བདེན་པར་གྲུབ་པ་ན། །འགྲོ་བ་གཞན་དུ་སྐྱེ་བ་འད་མེད། །འདོད་པའི་  
 ཡོན་ཏན་ལྡོ་ཡང་། །ལྷ་མོའི་གཟུགས་ལ་ཆགས་པ་ཡི། །ཆགས་པ་བདེན་པར་སྤྲང་བ་ཡི། །སྤྲང་བ་གཞན་  
 དུ་མི་འགྱུར་པས། །སྤྲོ་མོགས་འདོད་ཡོན་བཞི་པོ་ལ། །ཆགས་པ་ཅི་ཡི་སྤྲིར་ན་སྐྱེ། །སྐྱེ་ན་གཟུགས་ལ་  
 བདེན་གྲུབ་འགལ། །ལྷ་ཡི་བུ་མོ་ལ་དམིགས་ནས། །ཡིད་དུ་འོང་བའི་བྱམས་པ་དེ། །ལྷོས་མེད་བདེན་པར་  
 གྲུབ་པར་སྤྲང་། །སྤྲང་བ་གཞན་འགྱུར་མི་སྤྲིན་ན། །ལྷ་མ་ཡིན་དང་འཐབ་པའི་ཆོ། །ཞེ་སྤང་སྐྱེ་བ་དངོས་སུ་  
 འགལ། །གལ་ཏེ་ཞེ་སྤང་སྐྱེས་པ་ན། །ཡིད་འོང་བྱམས་པའི་བདེན་གྲུབ་དེ། །ལྷོས་མེད་འགྱུར་བ་མེད་པ་  
 འགལ། །ལྷ་མ་ཡིན་ལ་དམིགས་པ་ཡི། །ཞེ་སྤང་དྲག་པོ་སྐྱེས་པའི་ཆོ། །ཞེ་སྤང་བདེན་པར་སྤྲང་བས་ན། །  
 འཐབ་མོ་གྲོ་ལ་ནས་རང་ཡུལ་དུ། །ལྷ་མོ་ལ་ནི་བརྩེ་བའི་ཆོ། །ཡིད་འོང་རྣམ་སྐྱེ་བ་མེད། །སྐྱེ་ན་ཞེ་སྤང་  
 བདེན་གྲུབ་འགལ། །ཡིད་འོང་དེ་ཡང་གསར་སྐྱེས་བས། །ཡིད་འོང་བདེན་གྲུབ་པར་གྲུབ་པ་འགལ། །  
 བདེན་པར་གྲུབ་པའི་ལག་སྟབས་འདིས། །ཆོས་རྣམས་ཐམས་ཅད་མེད་པ་འདྲ། །སྤྱོད་གཅིག་བདེན་པར་གྲུབ་  
 པའི་དོར། །ཆོས་ཀུན་སྐྱེ་འགག་འགྲོ་འོང་མེད། །ཐ་སྙད་ལས་འབྲས་ཐམས་ཅད་མེད། །མདོར་ན་ཆོས་ཀུན་  
 མེད་པར་གོ། །དེ་ཡི་རྒྱ་མཚན་ཅི་སྟེ། །བདེན་པར་འདོད་རྣམས་ཆོས་ཀུན་ནི། །ལྷོས་མེད་གཞན་ལ་རག་མ་  
 ལས། །ཁོར་ལྷོས་གྲུབ་པར་སྤྲང་། །འཛིག་རྟེན་ཐ་སྙད་ལ་བསྐྱབ་པའི། །ཆོས་རྣམས་ཐམས་ཅད་རྒྱ་རྒྱུན་  
 དང་། །མན་ཚུལ་ལྷོས་བཞག་སྤོ་བར་དུ། །རྟོག་པ་འཇམ་མིང་གིས་བདགས་ཅོམ་ལ། །གཞི་གཅིག་སྟེ་དུ་  
 གཉིས་གཞི། །འདུ་བའི་སྐབས་ཅིག་མ་བྱུང་བས། །བདེན་པར་གྲུབ་པའི་ཕྱོགས་ལྟར་ནི། །རྒྱུན་ལ་ལྷོས་པའི་  
 ཆོས་ཀུན་མེད། །དེས་ན་ཆོས་ཀུན་མེད་པ་ཡིན། །དེ་ཡི་ཕྱོགས་ལ་ཆོས་ཀུན་ནི། །རྒྱ་རྒྱུན་རྟེན་འབྲེལ་ཆོགས་

ལས་སྒྲུ། །དེས་ན་ཚེས་ཀྱི་ཁ་ཡོད་པ་ཡིན། །ལས་དང་འབྲས་བུ་སྒྲིང་བ་ཡོད། །ས་དང་ལམ་དང་དགོན་  
 མཚོགས་གསུམ། །ཐ་སྙད་ཐམས་ཅད་བདག་ལ་ཡོད། །དེ་ཡང་ཐ་སྙད་ཅིས་དུ་ཡིན། །བདེན་པ་འདོན་དུ་སྒྲིང་  
 དང་འདྲ། །ཚེས་ཀྱི་བསྟན་ནས་མེད་པར་འདོད། །སྒྲིང་ནི་གཏི་མུག་མ་རིག་པས། །ཚེས་ཀྱི་བདེན་པར་  
 ཁས་སྐྱེས་པས། །ཐ་སྙད་དུ་ཡང་ཚེས་ཀྱི་ནི། །མེད་པར་སོང་བ་མ་རིག་པ། །མ་རིག་ལས་ནི་མ་རིག་པ། །  
 མ་རིག་དགྲིལ་འཁོར་ཆེན་པོ། །ཁ་ལ་ཀྱུ་རྩལ་ཁས་སྐྱེས་ཀྱང་། །ཀྱུ་རྩལ་རྒྱ་སྒྲིང་ལྟོས་གྲུབ་ཡིན། །  
 སྒྲིང་ནི་ལྟོས་མེད་གྲུབ་པར་འདོད། །དེས་ན་ཀྱུ་རྩལ་སྒྲིང་ལ་མེད། །སྒྲིང་དུ་གྲགས་པ་ལྟར་ལྟ། །སྒྲིང་ལ་འཆིབ་  
 མེད། །སྒྲིང་པར་སྒྲིང་ལ་སྒྲུབ་མེད། །གལ་ཏེ་ལག་ལས་ཆོ་འཕྲོས་ནས། །ལྷ་མ་ཡིན་དུ་སྒྲིས་པའི་ཆོ། །ལྷ་  
 ཡི་ཐུང་པོ་ལ་དམིགས་ནས། །འཕྲོ་སྒྲིང་དུ་འཛིན་པ་ཡི། །བདེན་འཛིན་དེ་ནི་མི་འགྱུར་བས། །ལྷ་མ་ཡིན་  
 གྲི་ལུས་དེ་ལ། །དམིགས་ནས་འཕྲོ་སྒྲིང་པ་ཡི། །སྒྲིང་གཉིས་པོ་གཞི་གཅིག་དུ། །འདུ་བ་མེད་ཀྱང་འདུ་བ་  
 ནི། །བདེན་པར་འགྲུབ་པའི་སྒྲིང་ཡིན་མོད། །འདུ་ལུགས་ཅི་འདྲ་བ་ཅིག་སྒྲོས། །ལྷ་མ་ཡིན་གྲི་སྒྲིང་ནི། །ལྷ་  
 ཡི་དཔལ་འབྱུར་འདོད་ཡོན་ལ། །ཐུག་དོག་འགྲུན་སེམས་སྒྲིས་པའི་ཆོ། །སྒྲིང་རང་ལྷ་དུ་སྒྲིས་པ་ན། །  
 དཔལ་འབྱུར་བདེན་གྲུབ་མི་འགྱུར་བས། །སྒྲིང་དང་ལྷ་ཅིག་གནས་པར་ངེས། །དེས་ན་སྒྲིང་གིས་སྒྲིང་ར་  
 ང་ལ། །ཐུག་དོག་འགྲུན་སེམས་བྱེད་དམ་ཅི། །ལྷ་ཡི་བདེན་འཛིན་འགྱུར་མ་མེད་དང་། །ལྷ་མིན་བདེན་  
 འཛིན་འགྱུར་མེད་ན། །སྒྲིང་ནི་ལྷ་འཕྲུ་ལྷ་མིན་ཡིན། །གཞི་མཐུན་ཤེས་བྲུ་ལ་མི་སྲིད། །ལྷ་ཡི་བདེན་གྲུབ་  
 ཞིག་པའི་རྗེས། །ལྷ་མིན་བདེན་གྲུབ་ཅེས་ཟེར་ན། །སྒྲིང་འཇིག་བདེན་གྲུབ་ཡོད་མིན་པས། །བདེན་གྲུབ་  
 གཞན་དུ་འགྱུར་བས་ན། །སྒྲིང་གི་འགྱུར་མེད་དོན་དེ་འགལ་། །སྒྲིང་གི་བདེན་གྲུབ་དེ་ལྟར་ན། །འཆི་  
 འཕྲོ་སྒྲིང་བ་མི་སྲིད་ཀྱང་། །ཡི་དུགས་གནས་སུ་སྒྲིས་པའི་ཆོ། །ཡི་དུགས་བགྲོས་སྒྲོམ་གྲིས་གནར་བས། །  
 སྒྲིང་གི་ལྷ་ཡི་དཔལ་འབྱུར་དེ། །རྟག་བརྟན་ཐེར་ཐུག་འགྱུར་མེད་ན། །ཟུ་མེད་ཆོ་བར་རིགས། །ལྷ་

མཁུ་ཐོས་པར་འགྲངས་པ་དེ། །འགྲངས་པ་གཞན་དུ་མི་འགྱུར་ན། །དེ་ནི་ཅི་ཡི་སྒྲིར་ན་རྟོགས། །ཡིད་གསལ་  
 ལུས་ཀྱི་བགྲུ་སྒྲོམ་དེ། །བདེན་པར་གྲུབ་པའི་འགྱུར་མེད་ན། །སྒྲིན་སྒྲིབ་པ་ཐམས་ཅད་དུ། །བགྲུ་སྒྲོམ་  
 ཉིད་ཀྱི་རང་བཞིན་ལས། །གཞན་དུ་འགྱུར་བ་མི་སྲིད་པས། །འོ་ནི་རྒྱུན་པར་བརྒྱལ་ལོ་ཡང་། །ཁྱོད་ནི་  
 དཔྱལ་བར་སྒྲིབ་པའི་ཚོ། །སྒྲིབ་པ་ཉིད་ཀྱིས་བདེན་གྲུབ་འགལ། །དཔྱལ་བ་ཆོ་གང་སྤྱད་བསྐྱུ་བ་སྤྱལ་དེ། །  
 གསར་དུ་ཁྱོད་བསྒྲིབ་མེད་འགལ། །ཆོ་བའི་སྤྱད་བསྐྱུ་བ་སྤྱལ་ཁྱོད་བའི་ཚོ། །ལྷ་ཡི་བདེ་སྦྱིད་གང་དུ་ཐལ། །ལྷ་  
 ཡི་སྐྱབས་ཀྱི་བདེ་བ་དེ། །ལྷོས་མེད་འགྱུར་མེད་རག་མ་ལས། །གཞན་དུ་འགྱུར་བ་མི་སྲིད་ན། །ཆོ་བའི་  
 སྤྱད་བསྐྱུ་བ་ཅི་སྤྲོ་ཁྱོད། །བདེ་སྤྱད་གཉིས་པོ་དངོས་འགལ་ན། །གཞི་གཅིག་སྤྲོད་དུ་ཅི་སྤྲོ་དུ། །ཁྱོད་ནི་ལྷ་  
 ལས་འཕྲོས་མ་ཐག། །ལྷ་ཡི་བདེ་བ་གཞན་མི་འགྱུར། །ལྷ་ཡི་བདེ་བའི་རང་བཞིན་ལས། །འགྱུར་བ་མེད་  
 ཅིང་ཆོ་བ་ཡི། །སྤྱད་བསྐྱུ་བ་རང་བཞིན་འགྱུར་མེད་པ། །ཁྱོད་སྤྱད་གཅིག་འདྲ་བ་མི་སྲིད་ཀྱང་། །བདེན་གྲུབ་  
 ཁྱོད་ལ་འདྲ་བ་ནི། །སྤྲོད་ཆོས་སྤྲོད་ཆོས་དེ་རེ་ཁྱོད། །བདེན་པར་གྲུབ་པའི་སྒྲིན་འདི་ལ། །ཡོན་ཏན་དུ་བཟུང་  
 སྤྲོད་རེ་ཆོས། །གང་བའི་སྤྱད་བསྐྱུ་བ་སྤྱལ་ཁྱོད་བ་དེ། །ཆོ་བའི་སྤྱད་བསྐྱུ་བ་རང་བཞིན་དེ། །གཞན་དུ་འགྱུར་བའི་  
 སྐབས་མེད་པས། །དེ་དང་ལྷན་ཅིག་འགྲོགས་བཞིན་དུ། །གང་བའི་སྤྱད་བསྐྱུ་བ་རང་བཞིན་དེ། །རྟག་པར་  
 ཁྱོད་པའི་ཐེར་བྱུག་པས། །སྤྱད་བསྐྱུ་བ་གཅིག་ཐོག་གཅིག་བརྟེན་པས། །ཆོ་གང་གཉིས་པོ་དངོས་འགལ་  
 དང་། །རང་བཞིན་གཉིས་པོ་དངོས་འགལ་ན། །ཉམས་སུ་ཇི་ལྟར་ཁྱོད་བར་འགྱུར། །གཞི་གཅིག་སྤྲོད་དུ་ཇི་  
 ལྟར་འདྲ། །འགལ་བྱུང་ཐམས་ཅད་ཁས་ལེན་པའི། །བདེན་གྲུབ་ཁྱོད་ལ་སྤྲོད་རེ་ཆོས། །བདེན་པར་གྲུབ་  
 པའི་ཉེས་པའོ། །སྒྲིབ་མེད་ཁྱོད་ནི་གལ་ཏེ་ན། །མི་ལུས་ཅིག་ནི་ཐོབ་གྱུར་ཆོ། །མི་ལུས་གསར་དུ་ཐོབ་པ་དང་། །  
 སྒྲིབ་དངོས་སུ་མཐོང་བཞིན་དུ། །སྒྲིབ་མེད་པའི་ཁས་ལེན་མཛར། །མ་རིག་པ་ཡི་དོན་གཅིག་ཆོང་། །  
 འཁོར་བ་འདི་ལ་མཐའ་མེད་པས། །འགོ་བ་ལྷ་པོར་སྒྲིབ་པའི་ཚོ། །རེ་རེ་ལྟར་གྱི་སྤྲོད་པོ་ལ། །དམིགས་ནས་

བདེན་པར་གྲུབ་པ་ཡི། །འཛིན་སྐྱངས་མེ་མོར་སྐྱེས་པ་དང་། །དེ་ཡང་ལྟོས་མེད་འགྱུར་མེད་དང་། །རག་མ་  
 ལས་པར་ཁྱོད་ཞེན་པ་ལི། །ཞེན་པ་གཞན་དུ་མི་འགྱུར་བ་ཞིག། །འདིར་ཡང་ཐུང་པོ་ཚོགས་ཅམ་ལ། །བརྟེན་  
 བས་ངོ་སྟོམ་པ་ཡི། །སྟོ་ཡི་འཛིན་སྐྱངས་བདེན་གྲུབ་ཏུ། །སྐྱང་བ་ལྟར་དུ་ཁྱོད་འདོད་པས། །འགྲོ་བ་དུག་པོ་  
 རེ་རེ་ལྟར། །ལུས་ཀྱི་འཛིན་སྐྱངས་གཞི་གཅིག་ཏུ། །འདུ་ལུགས་ཇི་ལྟར་བྱེད་ན་ཡང་། །ཕལ་ཆེར་དངོས་  
 འགལ་ཞུགས་པ་མང་། །རྣམ་པར་ཕལ་ཆེར་གལ་མཐུན། །འགྲོ་བ་དུག་པོ་ཐམས་ཅད་ཀྱི། །སྤྱག་བསྐྱེལ་  
 ཚིག་ལྟར་འགལ་བ་ལི། །བཟོན་པར་དཀའ་བ་ལི་སྤྱག་བསྐྱེལ་རྣམས། །བདེན་པར་གྲུབ་པ་ལི་ལྟོས་མེད་  
 དང་། །གཞན་ལ་རག་ནི་མ་ལས་དང་། །འགྱུར་མེད་རྟག་བརྟན་ཐེག་ཟུག་འདི། །ཁྱོད་ཀྱི་མི་ལུས་འདི་ཐོག་  
 ཏུ། །དུས་གཅིག་ལ་ནི་ཇི་ལྟར་ཁྱོད་། །ཁྱོད་ཀྱི་ལུས་ལ་ཁྱོད་ན་ནི། །བདེན་གྲུབ་འགྱུར་བ་མེད་པ་འགལ། །  
 དངོས་འགལ་ཐམས་ཅད་གཞི་མཐུན་དུ། །གཅིག་གི་ཐོག་ཏུ་འདུ་བ་འགལ། །ཐུང་པོ་ཚོགས་ཅམ་ལ་བརྟེན་  
 བས། །ངོ་སྟོམ་པ་ལི་སྟོ་དེ་ནི། །དམིགས་པར་ལ་དམིགས་ནས་ནི། །རྣམ་པ་བདེན་པར་གྲུབ་པར་འཛིན། །དེ་  
 བྱིན་ཅུག་བདག་འཛིན་ཡིན། །དེར་ཞེན་གང་ཟེག་བདག་ཞེན་ཡིན། །དེ་ལྟར་གྲུབ་ན་བདེན་གྲུབ་ཡིན། །  
 དེ་འདྲའི་སྟོ་ནི་ལྟན་སྐྱེས་ལ། །ཐུང་པོ་ལ་དམིགས་ངདེ་ནི། །བདེན་པར་གྲུབ་པར་སྐྱང་བ་དེ། །སྐྱང་བ་ལྟར་  
 དུ་གྲུབ་འདུག་ན། །རྟག་པ་མཐའ་བཟུང་ཚུལ་གྱིས་སྟ། །དགག་བྱའི་ཚད་ཀྱི་དགག་རྒྱ་དེ། །འཁྱུལ་མེད་  
 རོས་ནི་ཟེན་པ་ན། །དེ་ནི་དགག་རྒྱའི་གཙོ་བོ་ཡིན། །དགྲ་ཡི་གཙོ་བོ་འང་དེ་ཡིན་ནོ། །དདུང་ཁྱོད་ལ་འགལ་  
 འདུ་ཡི། །ཐུང་པོ་ཆེན་པོ་འདི་ལྟར་རོ། །དེ་ལྟར་གྱུར་པ་ལི་དེ་ནི། །ཐུང་པོ་དང་ནི་རང་རོས་ནས། །གྲུབ་པ་ལི་  
 གཅིག་ཏུ་གྲུབ་པ་འཇ། །གྲུབ་པ་ལི་ཐད་དཀའ་དུ་གྲུབ། །གཅིག་ཏུ་གྲུབ་པོ་ཟེར་ན་ནི། །ཐད་དཀའ་ཁྱེད་  
 གཅིག་གྲུབ་དང་། །རང་བཞིན་གཞན་དུ་མི་འགྱུར་དང་། །གཞན་ལ་རག་ནི་མ་ལས་དང་། །ལྟོས་མེད་  
 འགྱུར་མེད་ཐེར་ཟུག་པས། །ཤི་ནས་ཐུང་པོ་མེར་བསྐྱེགས་ཤིང་། །ཐལ་བ་ཆུ་གླང་བསྐྱར་བ་ལི་ཆོ། །ཐུང་པོ་

གཏན་མེད་གྱུར་པས་ན། །ཡང་གཏན་མེད་གྱུར་ཏམ་ཅི། །ཐུང་པོ་དང་ནི་རང་ངོས་ནས་། །གྲུབ་པ་འི་  
 །འགྱུར་བ་གང་དུ་མོང་། །འགྱུར་བ་འགྱུར་བ་འི་འགྱུར་མེད་མཆོར། །ཐུང་པོ་འདི་དང་ལྷན་ཅིག་ཏུ། །འགྱུར་  
 མེད་རྟག་པར་བདེན་གྲུབ་ན། །ཤི་བར་ཐ་སྐད་ག་ལ་བྱེད། །འཆི་བ་མེད་ན་སྐྱེ་བ་མེད། །རྒྱ་དང་ན་མོགས་ག་  
 ན་མཆིས། །ཡང་གཅིག་ཆོས་ཀུན་མེད་པ་ཁྱོད། །སྐྱེ་འཆི་ཡོད་ན་བདེན་གྲུབ་མེད། །ཁྱོད་གྱི་ལུགས་ལ་ཆོས་  
 ཀུན་ནི། །སྒོས་མེད་འགྱུར་བ་མེད་པར་འགྱུར། །ཕན་ཚུན་སྒོས་གྲུབ་ཆོས་མེད་པས། །དེས་ན་ཁྱོད་ལ་ཆོས་  
 ཀུན་མེད། །གཞན་དུ་འགྱུར་ལ་མི་འགྱུར་ཟེར། །ཁྱོན་ནི་མ་རིག་རང་དུ་འདུག །དེ་ཡི་ནང་ནས་རང་མ་  
 རིག་ །ཁྱོད་ནི་འགྲོ་བ་གཞན་སྐྱེས་ཆོ། །དེ་ཡི་ཐུང་དང་ར་གཉིས་ནི། །བདེན་པ་འི་གཅིག་ཏུ་གྲུབ་དགོས་པས།  
 །ཐུང་པོ་འདི་ལ་དམིགས་ནས་ནི། །འགྲོ་བ་གཞན་གྱི་ཐུང་པོ་ལ་འང་། །རའོ་སྒྲུལ་པ་འི་སྒོ་སྐྱེ་དགོས། །དེས་ན་  
 །འགྲོ་གཞན་ཐུང་པོ་དེ། །ཐུང་པོ་འདི་ཐོག་ཡོད་དགོས་པས། །མེད་ཀྱང་ལྷན་ཅིག་ཆོགས་པ་འདི། །དངོས་  
 །འགལ་བྱུང་ཡང་མ་རིག་པ། །ཁྱོད་དང་ལྷན་ཅིག་ཚོད་པ་འདི། །སྒྲིན་པ་ངག་དང་ཚོད་པ་འདྲ། །ལ་བས་པ་ལ་  
 ནི་ཁྱད་མེད་པས། །ཡང་ན་དོ་དང་ཚོད་པ་འདྲ། །ཁྱོད་ནི་དོ་ལས་ཆེས་ཡོད་པ། །དོ་ལ་བཟོ་བཅོས་ཅི་བྱས་ཉུང་།  
 །ཅི་མི་ཉན་པ་འི་མ་རིག་པ། །ཤི་བ་ཁྱོད་ལ་ཡོད་མ་ཡིན། །གལ་ཏེ་ཤི་ནས་གཞན་སྐྱེ་ཆོ། །གལ་ཏེ་སྐྱེ་  
 ཆོ་ཁྱོད་ཐུང་དང་། །འབྲུལ་མེད་བདེན་པར་གནས་དགོས་དང་། །སྒྱིར་དུ་འཆི་བ་གལ་བྱེད། །སྒོས་ཐུ་ཐུང་པོ་  
 །འདི་བྱེར་ནས། །གཞན་གྱི་མ་ཡི་མང་ལ་དུ་ནི། །བདེན་པར་སྐྱེ་ལུགས་ཇི་ལྟར་བྱེད། །ཐུང་པོ་འདི་བཅས་  
 །ལུགས་སམ་ཅི། །དེ་བཞིན་ལུགས་པར་གྱུར་ཟེར་ཀྱང་། །ལུགས་པ་འི་འགྱུར་བ་ཁོ་ནས་ནི། །བདེན་གྲུབ་  
 །འགྱུར་བ་མེད་པ་འགལ། །ཐུང་པོ་བཞག་ནས་སྐྱེ་ན་ནི། །སྐྱེ་བ་ཁོ་ནས་བདེན་གྲུབ་འགལ། །ང་ཐུང་བདེན་པ་  
 །འི་གཅིག་གྲུབ་ན། །ང་ཡི་བ་ལ་དམིགས་པ་ཡི། །ང་ཡིར་འཛིན་པ་ཁྱོད་ལ་མེད། །གལ་ཏེ་ང་ཡིར་འཛིན་ནེ་  
 ན། །བདེན་གྲུབ་གཞན་དུ་འགྱུར་བས་ན། །འགྱུར་བ་མེད་པ་འི་བདེན་གྲུབ་འགལ། །ང་ཡི་ལག་པ་ལ་

དམིགས་པའི། འཕྲི་བའི་བདེན་གྲུབ་དེ། འཕྲུར་བ་མེད་པའི་རྟག་པར་དང་། ལྷོས་མེད་གཞན་ལ་རག་  
 མ་ལས། རོ་བོས་གྲུབ་པའི་འཕྲུར་མེད་དང་། འཕྲི་རྒྱུ་མེད་ལ་དམིགས་པའི། འཕྲིར་འཛིན་པ་སྐྱེ་བ་  
 འགལ། གལ་ཏེ་སྐྱོན་སྐྱེས་པ་ན། བདེན་པ་གཞན་ཏུ་འཕྲུར་བ་དང་། སྐྱེ་བ་ཁོ་ནས་འཕྲུར་མེད་འགལ། འ  
 བདེན་པས་ཚུགས་ནི་མ་ཐུབ་པོ། དེ་བཞིན་ཆགས་པའི་བདེན་གྲུབ་དེ། གཞན་ཏུ་མི་འཕྲུར་ཐེར་བྱས་པས།  
 འདི་མིན་ཀུན་ལ་འགྲོས་འདི་ཁྱེར། བྱུང་མེད་ལྟ་བུ་ལ་དམིགས་ནས། མིག་གིས་གཟུགས་ལ་ཆགས་པ་  
 ཡི། ཡིད་འོང་དངོས་པོ་གཞན་དག་ལ། བདེན་པའི་ཆགས་པ་སྐྱེ་བ་འགལ། གལ་ཏེ་སྐྱེ་ན་འཕྲུར་མེད་  
 འགལ། སྐྱེ་བ་ཁོ་ནས་བདེན་གྲུབ་འགལ། དེ་བཞིན་དབང་པོ་གཞན་དག་ལ་འདྲ། ཁོ་ཁོར་ཆགས་ལུ་ལ་  
 ལ་དམིགས་པའི། བདེན་པའི་ཆགས་པ་སྐྱེ་བ་འགལ། གལ་ཏེ་སྐྱེ་ན་སྐྱེ་མེད་འགལ། བདེན་གྲུབ་གཞན་  
 ཏུ་འཕྲུར་བ་འདྲ་འགལ། དང་པོ་ཐོག་མ་མེད་དུས་ནས། མིག་གི་དབང་པོར་ལུ་ལ་དག་ལ། བདེན་པའི་  
 ཆགས་ལ་ལྷོས་མེད་དུ། གྲུབ་གྲུབ་པར་ནི་ཡོད་ཟེར་ན། འོ་ན་ཐུང་པོ་འདི་ཡང་ནི། དང་པོ་ཐོག་མ་མེད་དུས་  
 བྱས། ལྷོས་མེད་གྲུབ་པར་ཡོད་དམ་ཅི། ཡོད་ན་འགྲོ་བ་གཞན་ལྟར། སྐྱེ་བ་མེད་པས་ཁྱོད་ལ་འགལ། འ  
 མི་ལུས་ཆོ་འདིར་འཕྲུལ་བྱུངས་བཞིན། ཐོག་མེད་གྲུབ་པའི་ཁས་ལེན་འགལ། བྱ་རྒྱུད་ནས་ནི་རིམ་པར་  
 བློ། རྒྱུ་པོར་ལུས་སུ་གྱུར་བཞིན་དུ། ཐོག་མེད་དུས་ནས་རྒྱུ་པོར་ལུས། འདི་ག་བཅོས་མིན་ལྷོས་མེད་  
 དུ། གྲུབ་པའི་ཁས་ལེན་འདི་འདྲ་ཡང་། མ་རིག་ཡིན་ཀྱང་གད་མོ་འཆོར། ཡུ་མར་སྐྱེས་པ་ཡིན་བཞིན་  
 དུ། འཕྲུར་མེད་རྒྱུ་པོར་རང་བཞིན་དུ། གྲུབ་གྲུབ་འདྲ་བ་འདི་གར་ན། རྒྱུ་པོར་ཡུ་མར་ལུས་སུ་ནི།  
 ཞུགས་པའི་རྒྱུ་པོར་ཁྱོད་ཀྱིས་སྐྱོས། ད་ཐུང་བདེན་པའི་གཅིག་གྲུབ་ན། ཐུང་པོ་ལ་ཆགས་བདེན་འཛིན་  
 དེ། འཕྲུར་བ་མེད་པས་མེས་ལ་ནི། བདེན་འཛིན་ཅི་ཡི་ཕྱིར་ན་སྐྱེ། སྐྱེ་ན་གཞན་འཕྲུར་མེད་པ་འགལ།  
 སྐྱེ་བ་མེད་པའི་དོན་དང་འགལ། ཀུན་ལ་འདི་ཡི་རིགས་བསྐྱེས་ན། འདི་འདྲའི་རིགས་ལ་ཟད་མཐའ་

མེད། །ངད་ཐུང་པོ་བདེན་པ་ཡི། །ཐད་དུ་ནི་གྲུབ་པ་ན། །འབྲེལ་མེད་དོན་གཞན་ཡིན་དགོས་པ་ས། །  
 ལག་པ་ན་ཡང་རྟེན་ཞེས། །བདག་གིར་བྱེད་པ་འབྲེལ་མེད་ཡིན། །ངའི་མགོ་དང་ཡི་ཁ། །ངའི་སྒྲ་ཚེ་མིག་  
 དབང་ལོགས། །ངའི་ལུས་དང་ངའི་གྲོད། །ངའི་རྟེན་ཆོགས་ཕུས་མོ་དང་། །ངའི་ལྷོ་སྒྲོམ་གོས་ལ་ལོགས།  
 །ངའི་ཞིང་ཁང་ངའི་གཡོག། །ངའི་རྒྱུ་མ་བུ་ལོགས་དང་། །ངའི་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་ལ། །དམིགས་  
 བསང་ཡིར་འཛིན་པ་ཡི། །སློན་ཞི་སྒྲུབ་འབྲེལ་མེད་ཡིན། །བདེན་པ་འི་འབྲེལ་མེད་དོན་གཞན་ལ། །འབྲེལ་  
 བ་གཏན་མེད་ཨ་ཐང་ཆད། །བདེན་འཛིན་དང་ནི་ཤེས་རབ་བཞིན། །ལྷན་ཅིག་གཞན་པ་འི་སྐབས་མེད་པ་ས།  
 །ངའི་བལ་དམིགས་པ་ཡི། །ངའིར་འཛིན་པ་འི་དོན་མེད་པ་ས། །ངའི་བལ་བདག་གིར་ནི། །བྱེད་པ་མ་རི་  
 ག་ཁྱིད་ལ་འགལ། །འགལ་ཡང་བྱེད་ན་རྒྱ་མཚན་མེད། །དེ་བས་ཁ་རོག་འདུག་ན་དགལ། །ངམུང་བདེན་  
 པ་འི་དུ་མར་ནི། །གྲུབ་ནང་ཐུང་བདེན་པ་ཡི། །གཅིག་ཏུ་གྲུབ་པར་འགྱུར་བ་ཡིན། །རྒྱ་མཚན་རིན་ཆེན་གྲེང་  
 བ་ལས། །གཅིག་མེད་ཕྱིར་ན་དུ་མ་དང་། །ཞེས་དང་གཞན་ཡང་དུ་མ་ནི། །ཡོད་ན་གཅིག་གྱུར་ཡོད་དགོས་  
 མོ། །ངད་ཐུང་པོ་གཅིག་པར་ཐལ། །ངམུང་བདེན་པ་འི་གཅིག་ཡིན་ཕྱིར། །འདོད་ན་དབུ་མ་འཇུག་པར་  
 བཀག། །ངམུང་བདེན་པ་འི་གཅིག་གྲུབ་ན། །ཐུང་པོ་འི་ཆ་ཤས་ཀྱང་དང་ནི། །བདེན་པ་འི་གཅིག་ཏུ་གྲུབ་  
 དགོས་པ་ས། །ཤར་རྒྱབ་ལྷོ་བྱང་དབུས་དབྱེ་བ་ཡི། །ཕྱོགས་ནི་གང་དུ་གཅིག་པར་འགྱུར། །དབུས་ཆར་  
 མཚོན་ནས་གཅིག་ན་ནི། །དེ་ལ་འང་ཤར་རྒྱབ་དབུས་དབྱེ་པོ། །དེ་བཞི་ཐམས་དུལ་ཐུན་ནི། །ལྷགས་དུལ་  
 ཅོམ་དུ་གསལ་བ་འི་ཆོ། །དུལ་མེད་མ་གྱུར་བར་དུ་ནི། །གསལ་བ་འི་ཆོན་བདེན་འཛིན་ཁྱིད། །བདེན་པ་འི་  
 གཅིག་ཏུ་སྒྲ་དང་འགྲོགས། །ངམུང་བདེན་པ་འི་རང་བཞིན་དུ། །འགྱུར་བ་མེད་པ་གང་དུ་སོང་། །འགྱུར་  
 གྱིན་འགྱུར་གྱིན་མི་འགྱུར་ཟེར། །འདི་འདྲའི་བདེན་གྲུབ་ལ་མཚན་ཅན། །བདེན་འཛིན་གྱིས་ནི་ལན་སྐྱུས་  
 པ། །ཁྱོད་གྱིས་ཁ་སྒྲེབས་ཅི་ལ་བས་གྱུར། །འགྲོ་བ་ཡོངས་ལ་གཡོ་འགྲལ་མེད། །དེས་ནང་ཡང་གཡོ་



འགྲུལ་མེད། རྫོང་ལྔམ་བཤད་བྱས་པ་བཞི་ན། རྫོང་རང་ཁ་ནི་ན་བར་བཟད། ཡང་ན་ཉི་མ་ཕྱིད་ལ་རེ། རྟེན་  
 ཡི་རྒྱ་མཚན་ཅི་སྟེ་ན། ལྟ་ནི་བག་མེད་པ་ཡིས་གཡེངས། ལྟ་མིན་ཕྱག་དོག་གིས་ནི་གཡེངས། རྟེན་འགོ་  
 གཅིག་བྱས་གཡེངས། ཡི་དྲགས་བཀྱིན་ཁིང་མོངས་པས་གཡེངས། རྟེན་ལ་བཟོ་གྲང་སྟུག་བསྟུལ་གཡེངས།  
 ལེ་རྒྱམས་ལ་ལ་ཡོད་པས་གཡེངས། ལ་ལ་མེད་པ་ཁོ་ནས་གཡེངས། ལ་ལ་གསོད་པ་ཁོ་ནས་  
 གཡེངས། ལ་ལ་རྒྱ་འཕྲོག་ཁོ་ནས་གཡེངས། ལ་ལ་ཐུམ་ཁོ་ནས་གཡེངས། ལ་ལ་ཆོས་བརྒྱ་ཁོ་ནས་  
 གཡེངས། ལ་ལ་བསྟོམ་བརྒྱ་ཁོ་ནས་གཡེངས། ལ་ལ་བོག་ཆོས་ཁོ་ནས་གཡེངས། ལ་ལ་གཡོ་རྒྱ་ཁོ་  
 རྒྱས་གཡེངས། ལ་ལ་སོ་རྒྱུ་ཆོང་གིས་གཡེངས། ལ་ལ་བྱུང་མེད་ཁོ་ནས་གཡེངས། ལ་ལ་ཆར་འབྱུང་  
 ཁོ་ནས་གཡེངས། ལ་ལ་གཉིད་དང་ལེ་ལོས་གཡེངས། ལ་ལ་ལོང་གཏམ་ཁོ་ནས་གཡེངས། ལ་ལ་བརྩོ་  
 དང་ཕྱིད་ཆོས་གཡེངས། ལ་ལ་ཅི་ཡང་མི་བསམས་པའི། རྩོམ་ཡུར་ལུས་པ་ཁོ་ནས་གཡེངས། ལ་ལ་  
 མཚན་མས་མེད་ལས་ཀྱིས་གཡེངས། སལ་ཆར་མི་དག་བཅུ་ཡིས་གཡེངས། རྟེན་རྒྱུ་ལ་ནི་རྫོང་གི་དེ། །  
 དགོས་པ་མེད་ཅིང་གོ་རྒྱ་མེད། རྩོམ་མེད་བསྟོམ་ཆེན་ལ་ཆར་གྱིས། རྫོང་གི་དེ་ནི་གོ་བ་མེད། རྩོམ་ལྟན་  
 མཁས་པ་རྒྱམས་ཀྱིས་ནི། ཡིད་ཀྱང་མི་ཆེས་ཉམས་ལེན་མེད། རྫོང་ནི་ཅི་འདྲུག་བསྟན་བསྟན་ནས། བསྟོམ་  
 པའི་ལོང་ཡང་མེད་པ་ཡིན། གཤམ་ཏེ་ལོང་ཡོད་ཀྱང་ན་ནི། རྩོམ་པའི་དུས་དེ་བསྟོམ་ཆོ་མེད། རྩོམ་གཞུག་  
 ཅི་ཡང་མི་གསལ་པའི། བསྟོམ་ཆེན་གཅིག་ལ་སྟོ་གཏང་འཆལ། རེས་ན་ནི་གང་མོ་འཆར། རྫོང་རང་  
 ཡིད་ཐང་ཆད་པ་དེ། ཆོད་པ་རང་དུ་བསམ་བར་གངས། རྫོང་གི་ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོ་དེ། བསྟོམ་པ་དཀའ་ལ་གྱེ་  
 བཅུང་། རྟེན་ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོ་དེ། བསྟོམ་པ་སྟེ་ལ་སྟེ་བ་མང་། རྟེན་ལྟ་མཚན་ཅི་སྟེ་ན། རྩོམ་པ་བྱུང་  
 མེད་གང་ཡང་རུང་། རྩོམ་པ་གསུམ་པོ་གང་ཡང་རུང་། ལེན་ཡང་མི་དགོས་བསུང་མི་དགོས། རྟེན་  
 བསྟོར་རྒྱུ་དག་མི་དགོས་ཤིང་། རྟེན་ཆོག་བསུང་ཡང་མི་དགོས་ལ། རྟེན་བཅུ་སྟུག་ཀྱང་མི་དགོས་ཤིང་།

། རྟོག་མ་རྟོག་པར་བཅད་པས་ཆོག་མཁའ་བཅད་ཀྱང་ནི་རུང་བ་ཡིན། ། དབའ་ལོ་མེད་མི་རུང་དུ་དགོས། ། དེ་  
 ལོ་འགྲུ་ཡུ་ཆར་ཐོག་ན་དགོས། ། དྲུང་རྟོག་ལྷགས་ཁྲ་རུས་རྒྱུན་ཐོགས། ། སྐུ་མཁའ་ལོ་མེད་མ་ཆོས་ཀྱི།  
 ཀྱང་ཐུར་སྒྲུག་ལོ་སྒྲུ་ལོ་ཐོག་ཐོགས། ། ཀ་ལི་རྟེན་ཐུང་ཆོགས་པ་ན། ། ཅི་ཡང་མེད་པ་འདི་སྤྲོད་བྱེད། ། ཡིད་  
 ལ་ཅི་ཡང་མི་བསམ་པར། ། བསྐྱོམས་པས་ཏིང་འཛིན་འཕྲུལ་མང་སྟེ། ། འདི་ནི་དེ་ལི་བསྐྱོམས་སྒྲུབ་མཁའ། །  
 འདི་ཐུ་གཉིས་ཀ་མེད་པ་ཡི། ། བསྐྱོམས་ཀྱིས་འབྲས་བྲས་ངས་རྒྱས་འཐོབ། ། ཞག་གསུམ་ཐོག་ནས་བླ་གཅིག་  
 བསྐྱོམས། ། དེ་ལིས་ཐམས་ཅད་གྲོལ་པར་འགྱུར། ། ང་ལི་འཕྲིན་ལས་འདི་འདྲ་ན། ། ཁྱོད་ཀྱི་འཕྲིན་ལས་  
 གཏན་མེད་པས། ། ཁྱོད་རང་ལི་ཐུག་སྟེས་ཞན་འདྲ། ། ཁྱོད་ནི་ལན་གཅིག་ཡོད་པ་ལ། ། བསྐྱོམས་  
 དཔག་མེད་ཐོག་དགོས་ན། ། ང་ནི་བཅར་མར་སྤྲོད་པ་ལ། ། ཐུག་དོག་ཁྱོད་ཀྱི་བྲས་ཞན་འདྲ། ། ཡོད་ཐར་  
 ཆད་པས་མི་འོང་དོ། ། ། ཞེས་རབ་ཀྱིས་ནི་ལན་སྒྲུས་པ། ། བདེན་པ་ཟེར་བའི་ར་རྒྱལ་ཅན། ། རང་ལ་ཡོན་ཏན་  
 གཅིག་མེད་ཀྱང་། ། ཁྱོད་ཀྱི་ཀུན་ལ་མཁའ་པར་སྐྱོམ། ། ཡོན་ཏན་ལྷ་ཞོག་གོགས་མེད་དོ། ། སྐྱོས་མེད་ཆོག་  
 རྟོགས་སྒྲུབ་པ་ཅན། ། འགྱུར་མེད་རྟག་བརྟན་ཐེར་ཟུག་ཅན། ། ཁྱོད་ལ་ཆོས་ཀུན་མེད་པས་ན། ། གོགས་  
 གཅིག་ཡོད་པ་འདི་དོན་མ་ཆོས། ། ང་ལ་ཆོས་ཀུན་ཡོད་པས་ན། ། ཆོས་རྣམས་ཐམས་ཅད་ང་ལི་གོགས། ། ང་  
 ཡང་ཆོས་རྣམས་ཀུན་གྱི་གོགས། ། དེ་ལི་རྒྱ་མཚོ་ཅི་སྟེན། ། ཆོས་རྣམས་ཐན་རྩྱུ་བཞག་ཡིན། ། དེ་  
 ཡང་ང་ལི་གོགས་སུ་འགྱུར། ། ཆོས་རྣམས་ཐམས་ཅད་བཏགས་པ་ཅན། ། དེ་ཡང་ང་ལི་གོགས་སུ་འགྱུར། །  
 འདུས་བྲས་རྒྱ་རྒྱུན་པས་བྱུང་བ། ། དེ་ཡང་ང་ལི་གོགས་སུ་འགྱུར། ། ཉི་ཟླ་ཤར་རུབ་བྱུང་བ་དང་། ཉིན་  
 མཚན་དབྱེ་བ་ཡོད་པ་དང་། ། དབྱར་དགུན་སྟོན་དཔྱིད་ཡོད་པ་དང་། ། ཆར་ཆུ་འབབ་ཅིང་འབྲས་བྲས་སྟེན། །  
 ཐོན་མ་དུས་བཞི་ཡོད་པ་དང་། ། ཐེམས་ཅན་སྟེ་འཆི་ཡོད་པ་དང་། ། བདེན་སྒྲུག་བསྐྱེད་ཡོད་པ་དང་། ། ཆོ་  
 བྱང་བ་གཉིས་སྐྱོམ་ལ་ཐོགས་པ། ། འཕྲུལ་དུ་རྒྱུན་ལས་འབྱུང་བ་དང་། ། ཟླ་ལ་འགྲོ་འདུག་ལ་ཐོགས་པ། །

ལུས་གྲགས་ཀྱི་སྒྲུལ་སྒྲོད་བརྒྱུད་པ་སྒྲུལ་མ་དང་། འག་གི་སྒྲུབ་ཆེད་ཉན་ལེན་དང་། མིག་གིས་སྒྲུབ་ཆེད་  
ལ་སོགས། འདོད་ཆགས་ནི་སྒྲུབ་གཏི་ལྷན་དང་། ལྷན་དོག་མེར་སྒྲུབ་ལོ་སྒྲུབ་དང་། ཉོན་མོངས་བརྒྱུད་ཀྱི་  
བཞི་སྟེང་སོགས། འཕྲུལ་དུ་རྒྱུན་ལ་ལྷོས་ནས་ནི། དངོས་སུ་སྒྲུབ་གཤམ་ཡོད་པ་དང་། རྒྱུད་ཅིག་སྒྲུབ་  
ཡོད་པ་དང་། རེ་རེ་རྒྱུར་དུ་རང་རང་གི་མིང་གིས་བཏགས་པ་ཡོད་པ་རྣམས། གཞན་ལ་རག་ནི་ལས་པ་  
དང་། རྒྱུད་དང་རྒྱུན་ལས་སྒྲུབ་པ་དང་། བཅུ་ཚུན་རྟེན་འབྲེལ་ལྷོས་གྲུབ་པས། དེ་རྣམས་རའི་གྲོགས་ཡིན་  
མོད། འཕྲུལ་དེ་རྣམས་ཀྱི་གྲོགས། དེ་རྣམས་མེད་ན་འཕྲུལ་མེད། འཕྲུལ་དེ་རྣམས་ཀྱང་ནི་མེད། །  
རེད་རྣམས་གཅིག་གྲོགས་གཅིག་གིས་བྱེད། གཅིག་གཅིག་ཡོད་ན་གཉིས་ཀ་ཡོད། གཅིག་གཅིག་མེད་  
ན་གཉིས་ཀ་མེད། གཤོག་པ་གཅིག་གིས་འཕྱར་མི་ཐུབ། རྒྱུད་པ་གཅིག་གིས་འཕྱོ་མི་ཐུབ། དེས་ན་  
གཅིག་དྲིན་གཅིག་ལ་ཆེ། རྒྱུད་ནི་གཅིག་བྱ་མ་གཏོགས་པ། རྒྱུད་ལ་དེ་རྣམས་མེད་པ་ཡིན། བདེན་པར་  
འཛིན་པའི་ཉེས་པས་ལན། རྒྱུད་བ་བརྟེན་ནས་གྲུབ་པ་འདིས། རྒྱུད་བ་བདེན་གྲུབ་མཐའ་དེ་དང་། རྒྱུད་བ་  
གཏན་མེད་མཐའ་གཉིས་སེལ། རྒྱུད་བ་བདེན་པར་མེད་པ་འདིས། རྒྱུད་བ་བདེན་གྲུབ་མཐའ་དེ་དང་། །  
རྒྱུད་བ་གཏན་མེད་མཐའ་གཉིས་སེལ། གཏན་མེད་མཐའ་དེ་སེལ་རུ་མ་ཏེ། རྒྱུད་བ་བདེན་པར་མེད་པ་ཡི།  
རྒྱུད་གཞི་ཆོས་ཅན་རྒྱུད་བ་དེ། ཡོད་པའི་སྒྲིབ་ན་མེད་མཐའ་སེལ། རྒྱུ་མཚན་འདི་དག་སྒྲིབ་ན་ནི། རྒྱུད་  
ལས་རྒྱུད་པ་གྲུབ་པ་འདྲ། རྒྱུད་ལས་རྒྱུད་བ་སྒྲུབ་པ་འདྲ། གྲོགས་སུ་གྱུར་པ་ཡང་ཅང་ཆེ། རྒྱུད་དང་རྒྱུད་  
པའི་དྲིན་གཉིས་པོ། གཅིག་ལ་གཅིག་དྲིན་ཆེ་བ་འདི། དྲིན་དུ་བསམས་ན་ཆེ་ཆུང་མེད། རྒྱུད་ལ་བཅའ་ན་  
ཡང་ལྟེ་མེད། རྒྱུད་རྩིས་ཆེན་པོ་ཟེར་བ་གཅིག་ རྩོག་མར་གང་ལ་སྒྲུབ་ཅོམ་ནས། དུས་མཉམ་སྒྲིབ་རྩིས་  
སྟོང་པ་དེ། བཅུ་ཚུན་འགྲུབ་ནས་སྒྲུབ་པ་འདྲ། རྒྱུད་རྩིས་སྟོང་པར་རྟོགས་ཅོམ་ལས། དེ་ལས་སྒྲིབ་རྩིས་  
ཆེན་པོ་དེ། བཅུ་ཚུན་འགྲུབ་ནས་སྒྲུབ་པ་འདྲ། རྒྱུད་རྩིས་སྟོང་དང་སྒྲིབ་རྩིས་གཉིས། རྒྱུ་འབྲས་རྩིས་

འཕྲུག་པ་འདྲ། །རྒྱ་འབྲས་གོ་རིམ་སྟོན་མཆིས་མོད། །ཐུ་ནི་རྒྱ་དང་། ཐུ་ནི་འབྲས། །གོ་རིམ་སྟོན་པ་  
 དག་པ་པའི་གནས། །ཆེས་རྒྱ་མཚུགས་ཀྱི་ཆ་ལས་འདིས་རིགས་འགྲེ། །པདོན་འཛིན་སྟོན་ལ་འདི་འདྲ་ཡི། །རྒྱ་  
 གནས་གཏུན་ནས་མེད་པས་ན། །སྟོན་ལ་ཆོས་ཀྱི་ཆ་མེད་པ་ཡི་ན། །སྟོན་ནི་གཅིག་པུ་ཤོ་རིང་པོ། །གཅིག་  
 ཐུར་སྟོན་པའི་ཆོག་སྟེན་ཐུབ་ཅན། །རང་རྒྱ་ཐུབ་པའི་ཐེར་ཟུག་པོ། །རག་མ་ལས་པའི་སྟོས་མེད་པོ། །འགྱུར་  
 མེད་རྟག་པར་སྟོན་པ་སྟོན། །ཆོངས་པའི་ནང་ནས་ཆོངས་ཆེན་པོ། །ཆོངས་པ་སྒྲ་མེད་གོང་ན་མེད། །སྟོན་  
 ལས་ཆོངས་པ་མྱོད་གསུམ་ན། །ཡོད་པར་རྒྱལ་བས་གསུངས་པ་མེད། །སྟོན་ནི་མིག་ཅན་ཅེ་རེ་ལོང། །དེ་ཡི་  
 རྒྱ་མཆོན་འདི་ལྟ་སྟེ། །སྟེ་བཞིན་དུ་ཡང་སྟེ་བ་མེད། །གྲགས་པ་ལ་ཐོག་བཞིན་དུ་ཡང་ཆ་བ་མེད། །ན་བཞིན་དུ་  
 ཡང་ན་བ་མེད། །འཆི་བཞིན་དུ་ཡང་འཆི་བ་མེད། །འགག་བཞིན་དུ་ཡང་འགག་པ་མེད། །ལུས་ཀྱི་སྒྲུལ་  
 སྟོན་འཕྲུལ་མར་ནི། །བྱེད་བཞིན་དུ་ནི་སྒྲུལ་སྟོན་མེད། །སྐར་ལག་ལ་སོགས་བརྒྱུད་མཐུ་མ་ནི། །བྱེད་  
 བཞིན་དུ་ནི་བརྒྱུད་པ་མེད། །འགྲོ་བཞིན་དུ་ནི་འགྲོ་བ་མེད། །སྟོན་བཞིན་དུ་ནི་སྟོན་པ་མེད། །ཉལ་  
 བཞིན་དུ་ནི་ཉལ་བ་མེད། །གཉིད་ནི་ལོག་བཞིན་ལོག་པ་མེད། །མད་བཞིན་དུ་ནི་མད་པ་མེད། །ཟེ་ཡིན་ཟེ་  
 ཡིན་ཟེ་བ་མེད། །འཕྱང་གི་ན་འཕྱང་ག་ནི་ལྟ་འཕྱང་བ་མེད། །གོ་ན་གྱི་ན་གོ་ན་མེད་དོ། །ཟེར། །ལྟ་དང་ཉན་  
 དང་ནོམ་པ་དང་། །ཐུང་དང་རེག་བྱུ་རི་བ་པ་ལ། །འཇུག་བཞིན་དེ་དག་མེད་དོ་ཟེར། །འདི་རིགས་སྟོན་ལ་  
 ཟད་མཐའ་མེད། །མདོར་ན་ཆོས་རྒྱུ་རྒྱུ་ལ། །སྟེ་དང་ལྟོས་པ་བརྟེན་འབྲེལ་རྒྱུ་ལ། །འཕྲུལ་དུ་བྱ་  
 བྱེད་འགྱུར་བར་ནི། །མཐོང་བཞིན་མི་འགྱུར་ཟེར་བ་དེ། །འཕྲུལ་པ་ལས་ཀྱང་ཆེས་འཕྲུལ་པ། །སྟོན་པ་ལས་  
 ཀྱང་ཆེས་སྟོན་པ། །འདི་དང་ལྟན་ཅིག་ཅོད་པ་འདི། །དེ་ལས་ཀྱང་ནི་སྟོན་པ་འདྲ། །འདྲ་ཡང་དག་ཐག་ཉེ་བས་  
 ན། །རྒྱ་ཆ་པར་མི་ཅོད་ཁ་མེད་འདུག །དག་ལ་འདི་ལས་རིང་ལྡི་བ། །འདི་འདྲའི་དག་ལ་བྱེད་པ་འདི། །  
 ཤེས་རབ་དེ་ནི་ཡི་ཐང་ཆད། །མི་དང་དུད་འགྲོ་ལ་སོགས་པའི། །འགྲོ་བ་དུག་པོ་ཐམས་ཅད་དང་། །རྟོག་

དང་ནི་བདེན་འཛིན་རྣམས། །ཡན་ཚུགས་ནི་མ་གཏོགས་པ། །ལབ་པ་ལ་ནི་གོ་རྒྱུ་མེད། །རྟེན་སྒྲོམ་ལ་  
 ཤེས་རབ་དང་། །བཅོམ་འབྲུབ་ལ་སོགས་མེད་པས་ན། །ལབས་པ་ཙམ་དུ་ཟད་པས་ན། །ཁོ་གཤུག་པའི་  
 རྒྱལ་ལ་བཅ། །ཀྱེ་མ་སེམས་ཙན་ལས་ལ་དབང་། །པ་རི་ལ་ནི་སྟོས་ནས་ནི། །ཚུ་རི་འི་སྟོ་ནི་སྟེ་བ་ལྟར། །པ་  
 རིར་སྟོན་པའི་ཚོན་ལང་། །སྟན་མའི་པ་རི་ཡིན་གྱང་ནི། །རང་ཉིད་བསྟན་ལ་སྟོས་ནས་ནི། །སྟན་མ་བསྟན་  
 པའི་ཚུ་རི་ལ། །པ་རི་འི་སྟོ་ནི་སྟེ་བ་ཡིན། །དེ་བཞིན་སྟངས་སྟོང་སྟོགས་བ་ལྟས། །སྟངས་བ་བདེན་པར་མེད་པ་  
 དེ། །སྟངས་ལས་ནི་སྟེ་བ་འདྲ། །སྟངས་པའི་སྟོགས་ནས་བ་ལྟས་ན་ནི། །སྟངས་སྟེ་འགག་བྱེད་པ་དེ། །སྟངས་  
 བ་རང་བཞིན་མེད་པ་ལས། །སྟངས་བར་སྟེས་པ་ཁོ་ན་འདྲ། །ཀུན་རྫོབ་བདེན་པ་ཐབས་སྟ་གྱུར་པ་དང་། །དོན་  
 དམ་བདེན་པ་ཐམས་ལྷན་གྱུར་པ་སྟེ། །ཐ་སྙད་ལ་ནི་མ་བརྟེན་པར། །དམ་པའི་དོན་ནི་རྟོགས་མི་རུས། །སྟངས་  
 བའི་ནང་ནས་སྟོང་པ་རྟེན། །ཅེས་སོགས་འདི་ལ་བསམས་ན་ནི། །སྟོང་པ་སྟངས་བ་ལས་ཀྱེས་འདྲ། །ཆོས་  
 རྣམས་རང་རང་དོ་བོས་ནི། །སྟོང་པར་ཉམས་འོག་ཚུད་པ་ན། །སྟོང་གཞི་ཆོས་རྣམས་མིང་རྒྱང་ཙམ། །  
 བཏགས་ཙམ་བདེན་ཙམ་ཐ་སྙད་ཙམ། །དེ་ལ་དབྱེད་པ་ལ་བྱས་པར། །མིང་བཏགས་ཙམ་གྱི་དོས་ཀུན་གྱི། །  
 རྒྱུ་འབྲས་བྱ་བྱེད་སྟེ་འགག་སོགས། །འབྲུལ་མེད་བསྐྱུ་བ་མེད་པར་ནི། །རྒྱུ་འབྲས་བྱ་བྱེད་བསྐྱེད་ཚུ་ལ་ལ།  
 དེས་པ་བཅོས་མིན་འདྲོངས་པ་ན། །སྟོང་པས་མེད་མཐའ་སེལ་བ་འབྱུང་། །མིང་རྒྱང་བཏགས་ཡོད་རྒྱུ་  
 འབྲས་ལ། །དེས་པ་གཏིང་ནས་སྟེ་བར་དེས། །སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱི་ལྟ་བུ་ནི། །མཚན་མར་འཛིན་པའི་དམིགས་  
 གཏད་ནི། །ཐམས་ཅད་མ་ལུས་འཛིག་པ་དགས། །ཡོད་དང་མེད་པའི་མཐའ་སྟོངས་ལ། །ལས་འབྲས་ལ་ནི་  
 དེས་པ་བསྐྱེད། །རྒྱུ་འབྲས་བསྐྱུ་བ་མེད་པར་སོམས། །དམིགས་གཏད་མཚན་འཛིན་ཀུན་བཞིག་པས། །  
 རྒྱལ་བ་ཀུན་ལ་མཚོད་དོ་གྱིས། །སྟངས་བརྟེན་འབྲེལ་བསྐྱུ་མེད་པས། །སྟངས་སྟོང་པར་གོ་བར་གྱིས། །དེས་  
 ཤེས་གཏིང་ནས་སྟེས་བྱུང་ན། །སྟེ་མ་རྣམས་ལ་མཚོད་དོ་གྱིས། །རྟེན་འབྲེལ་རྒྱུ་འབྲས་བསྐྱུ་མེད་དེས། །

རང་བཞིན་གྲུབ་པའི་ངེས་ཤེས་ཀྱི། །འཛིན་སྣང་ས་མ་ལུས་ཀྱི་འཇིག་པར། །མཐོང་བའི་ངེས་པ་བརྟེན་རྟེན་  
 རྟོ། །ཡིད་མ་རྣམས་ལ་མཆོད་དོ་གྱིས། །སྤང་སྤྱང་གཉིས་པོ་མན་ཚུན་དུ། །རྒྱ་འབྲས་ལྟ་བུར་ཤར་བའི་རྟོ། །  
 མཁའ་འགྲོ་རྣམས་ལ་མཆོད་དོ་གྱིས། །རང་གི་རྒྱ་ལས་རང་འབྲས་ནི། །མི་བསྐྱར་མཐོང་བ་ཉིད་ཀྱི་ནི། །སློ་  
 གཞན་ལ་ནི་ལྟོས་མེད་དུ། །དམིགས་གཏད་ཞིག་པའི་སྤྱོད་པར་ནི། །མཐོང་ཚོ་ཚས་སྤྱོད་མཆོད་དོ་གྱིས། །  
 །རྒྱ་འབྲས་མི་བསྐྱར་གཏད་ཚོགས་ཀྱིས། །རྟགས་གཞན་ལ་ནི་ལྟོས་མེད་དུ། །ཡིད་མཐའ་བྲལ་བའི་སྤྱོད་  
 པར་ནི། །འགྲུབ་པའི་ཚུལ་ལས་རང་རྒྱ་ལ། །རང་འབྲས་འབྱུང་བ་བསྐྱུ་མེད་ལ། །གཏིང་ནས་ངེས་ཤེས་  
 འབྱོར་ས་པའི་རྟོ། །ཞལ་བཞི་པ་ལ་མཆོད་དོ་གྱི། །ངེས་ཤེས་ལུལ་གྱི་འཛིན་སྣང་ས་ཀྱི་འཇིག་པར། །རང་  
 བཞིན་གྲུབ་པའི་འཛིན་བསྟངས་ཡིན་པར་གོ་ངེས་ཤེས་ལུལ་གྱི་འཛིན་སྣང་ས་ཀྱི། །རྒྱུ་ནི་སྤྱོད་རྒྱུ་འཛིན་  
 སྣང་ས་ནི། །རང་བཞིན་གྲུབ་པ་བཀག་ཅུམ་གྱི། །མེད་དགག་དེ་ཡི་རྒྱུ་ལ་གོ་དེ་ཡིས་དེ་ཆེས་སྤྱན་ཚོགས་  
 མཆོད། །སྤྱོད་ཉིད་ལ་དམིགས་ནི་གནས་སྤྱབ་ས། །ལྷག་མཐོང་བསྟོམ་པའི་མན་དག་ནི། །སྤྱོད་པ་ཉིད་ལ་  
 མཉམ་པར་ཞོག། །འཇིག་པར་མ་བདེ་མཉམ་གཞན་དུས། །རྣམ་བཤུན་རིགས་པ་མ་དཔྱད་དང་། །ལྷག་  
 མཐོང་འགྲུབ་པར་ག་ལ་འགྱུར། །དཔྱད་པས་གནས་ཆ་འབྲེན་སྐབ་ན། །སྦྱོན་བདག་རྣམས་ལ་མཆོད་དོ་  
 གྱིས། །མངས་རྒྱུང་མཉམ་པོར་རྒྱ་བར་ཞོག ། །བདེན་འཛིན་གྱིས་ནི་ལན་སྤྱུས་པ། །སྤྱོད་གྱིས་ང་ལ་  
 འགལ་འདུ་ནི། །འགྲིག་འགྲིག་མང་པོ་ལ་བས་པ་རྣམས། །སྤྱོད་རང་ལ་ཡང་མཚུངས་པས་ན། །འགལ་འདུ་  
 འདི་ལྟར་ཡོད་པས་ཉོན། །ལྟོས་གྲུབ་སྤྱོད་གྱི་ཁས་ལེན་ན། །ང་བདེན་པར་འཛིན་ལ་ལྟོས་ནས་ནི། །སྤྱོད་  
 གཉིན་པོ་ཤེས་རབ་ཞེས་བཞག་ན། །ང་བདེན་པ་མེད་པ་སྤྱོད་ལ་འགལ། །འི་པོར་རྩ་ཡི་སྤྱུས་ལེགས་ལ། །  
 ཡོད་ཚོས་ལྟོས་བཞག་སུ་ཡིས་བྱེད། །རུས་སྤྱུལ་སྤྱུལ་པོས་འཇམ་ལ། །ལེགས་ཉེས་ལྟོས་བཞག་སུ་ཡིས་  
 བྱེད། །བཅོམ་ལྷན་འདས་གྱིས་ཚོས་ཕུང་ནི། །བརྒྱད་ཁྱི་བཞི་སྤྱོད་གསུངས་པ་རྣམས། །ང་ཡིས་གཙོ་བྱས་

དུག་གསུམ་དང་། ཉིན་མོངས་བརྒྱད་ཀྱི་བཞི་ལྟོང་ལ། ལྟོས་ནས་གཉིན་པོ་ཞིས་བཞག་ན། རེད་རྣམས་  
 མེད་ན་ཁྱོད་ལ་ནི། །འགལ་བས་འཁོར་གསུམ་ཁས་སྤངས་སོ། །འཇིག་རྟེན་ཐ་སྙད་ལ་ལྟོས་གྱུར། ཉིན་  
 མོངས་ཀྱན་གྱི་གཙོ་བོ་ནི། ར་ཉིད་མེད་པར་གྱུར་ན་ནི། རེད་སེམས་ཁྱོད་ལ་ཚོས་ཀྱན་མེད། །འགལ་བས་  
 འཁོར་གསུམ་ཁས་སྤངས་སོ། །རྒྱ་མཚན་ཅི་ཡི་ཕྱིར་ཞེ་ན། །འགྲོ་བ་དྲུག་པོ་ཐམས་ཅད་ཀྱི། །རྒྱུད་ལ་གཙོ་  
 བོར་ར་ཡོད་པས། རྟག་གསུམ་དབང་དུ་གྱུར་ནས་ནི། མི་དགོ་བཅུ་ལ་ཉམས་ལེན་བྱེད། །མཚམས་མེད་  
 ལྷ་ལ་གཙོ་བོར་འདོན། །སྤྱི་རྒྱ་ན་འཇིག་འཁོར་ལ་བསྐྱོར། རེ་ནི་འཇིག་རྟེན་སོ་ནམ་ཡིན། ཉམས་ལེན་དེ་  
 ལྷར་ཡོད་པ་ནི། ར་ཉིད་ཡོད་ལས་བྱུང་བ་ཡིན། །ཡོད་ལ་མེད་པ་སྒྲོ་འདོགས་པ། །ཆད་པའི་མཐར་ལྷུང་  
 ཁྱོད་ལ་འགལ། །འཇིག་རྟེན་གྲགས་པས་ཁྱོད་ལ་གཞོད། །ཡོད་བཞིན་མེད་པར་འདོད་པ་ནི། ཅི་རེ་ལོང་  
 པའི་སྒྲིན་པར་ནི། །ཁྱོད་རང་གྱུར་པས་འཁོར་གསུམ་མོ། །འགྲོ་བ་དྲུག་པོ་ཀྱན་ལ་ནི། །ཤེས་རབ་མེད་  
 བཞིན་ཡོད་པར་བསྐྱོམ། །མེད་བཞིན་ཡོད་པར་ལྟ་བུ་དེ། །རྟག་མཐའི་མཐར་ལྷུང་ཁྱོད་ལ་འགལ། ར་ཉིད་  
 གཤན་ཡོད་བསྐྱོམ་མི་དགོས། །ལུགས་འབྱུང་གང་དགོས་ཐོག་དུ་སྟེབ། །ཁྱོད་ནི་མེད་པ་བཙོས་ནས་བསྐྱོམ།  
 བཙོས་མའི་བསྐྱོམ་གྱི་ཅི་ལ་ཕན། །བཙོས་ནས་བསྐྱོམས་པའི་གནས་ལུགས་དང་། །བཙོས་མིན་གནས་  
 ལུགས་དངོས་འགལ་དུ། །ཁྱོད་རང་ཁས་སྤངས་འཁོར་གསུམ་མོ། །རྒྱ་མཚན་བདེན་གྲུབ་བདེན་མེད་ནི། །  
 དངོས་འགལ་ཡིན་ཅིང་ལྟོས་གྲུབ་དང་། །ལྟོས་མེད་གྲུབ་པ་དངོས་འགལ་དང་། བཙོས་དང་བཙོས་མིན་  
 དངོས་འགལ་དུ། །ཁྱོད་རང་ཁས་སྤངས་འཁོར་གསུམ་མོ། །མ་རིའི་སྒྲོ་ན་སྒྱུ་བུ་དེ། །རྒྱ་རི་ལ་ནི་ལྟོས་གྲུབ་  
 ན། །གཉིན་པོ་ཤེས་རབ་སྒྱུ་བུ་དེ། །བདེན་པར་གྲུབ་པ་ལ་ལྟོས་ནས། །བཀག་པའི་ཤེས་རབ་སྒྱུ་འོ་ཞིས། །  
 ཀྱན་གྱིས་གྲོང་བས་ཁྱོད་ལ་འགལ། རྟག་ནི་ཐལ་མོ་ཡ་མེད་ལ། །ཐལ་མོ་ཐལ་ལ་འཛིང་བར་བྱེད། རེ་  
 བཞིན་ར་ཉིད་ཡོད་པ་ལ། །ཁྱོད་ནི་ར་ཉིད་འགོག་གོ་ཞིས། །གཡས་རྒྱུད་དོན་དུ་འགྱུར་བ་ཡི། །བསྐྱོམ་པ་

ཁང་བཏང་བྱེད་པ་ནི། ང་ཉིད་ཡོད་པས་བྱེད་མིན་ནམ། བྱེད་ན་ང་མེད་འགལ་བས་ན། ང་མེད་ཁྱོད་ལ་  
 དངོས་འགལ་ལོ། ང་ཡི་ཉོན་མོངས་རྒྱུ་རིམ་ལ། ཁྱོད་ཀྱི་གཉེན་པོ་ཆེ་རིམ་གྱིས། རིམ་བཞིན་སྤངས་  
 པའི་ལམ་དེ་ལ། སེམས་ཞེས་ནི་མ་བཞག་གམ། བཞག་ན་ང་ཉིད་སྤོང་བ་དེ། ཡོད་པས་སྤོང་བ་མ་ཡིན་  
 བམ། མེད་ན་ཅི་ཞིག་སྤོང་བར་བྱེད། ཞེས་བྱ་བྱེད་བཞོས་ནས་པའི་ཆོ། བྱེད་ལ་ང་ཡིས་བྱུང་བ་ཡིན། །  
 དེ་ཡང་ང་ཉིད་མང་བ་རྩམ། དེ་ལྟར་ཡོད་ཀྱང་བྱེད་ཉིད་ནི། ང་ཉིད་མེད་དེ་ཟེར་བ་འདི། སྤྱོད་འཇམ་ཡང་ན་  
 ཐོག་གམ་ཅི། ཡན་ན་ཞེས་པ་མེད་པ་ཡིན། ང་ཉིད་འབེམ་ལ་དམིགས་ནས་ནི། གཉེན་པོ་འི་མདའ་དེ་  
 འཕེན་ནམ་ཅི། འཕེན་ན་ང་ཉིད་ཡོད་པར་གསལ། ང་ཡང་ཁྱོད་ལ་འགལ་བ་ཡིན། མི་འཕེན་མདའ་དེ་  
 གང་ལ་རྒྱག། ཁོང་བ་མདའ་འཕེན་བྱས་པ་དེས། ཞེས་རབ་བསྐྱོམ་པར་གལ་འགྱུར། ཞེས་རབ་བསྐྱོམ་  
 ལ་འཛིན་སྤངས་ནི། དངོས་འགལ་ཞུགས་པ་དགོས་པ་ཡིན། གལ་ཏེ་བདེན་གྲུབ་འཕྲོ་བ་ན། འགྱུར་བ་  
 མེད་པའི་བདེན་གྲུབ་འགལ། ཞེས་སོགས་སྒྲིན་གྱིས་ངར་མི་གཞོད། རྒྱ་མཚན་འདི་ལྟར་ཡིན་པས་ཉོན། །  
 ཉོན་མོངས་ལ་སོགས་ཆོས་ཀྱི་ནི། བྱུང་ཅིམ་ཉིད་ནས་རང་རང་ཐོག། བདེན་གྲུབ་རེ་རེ་སོས་ནི། དུས་  
 མཉམ་ལྟོས་མེད་རང་གྲུབ་ཡིན། གཅིག་ནས་གཅིག་ཏུ་འཕྲོ་བ་མིན། ཉོན་མོངས་ཀྱི་བཞིན་པ་ལ་ཡང་།  
 བདེན་གྲུབ་གྱིས་ཀྱང་དུས་མཉམ་སྟེན། འཕྲོ་བའི་རྒྱུ་ཞི་མ་ཡིན་ཅིང་། ཉོན་མོངས་སྤང་ཅིག་སྤང་མི། །  
 འགག་བཞིན་པ་ལ་འང་ང་ཡོད་མོད། སྤང་ཅིག་གཉིས་པར་སྤྱོད་བཞིན་ལ་འང་། བྱུང་ཅིམ་ལྟོས་མེད་ང་  
 ཡོད་པས། ཆོས་རྒྱམས་ཀྱི་ལ་དེ་བཞིན་འགྲོ། སྤང་བས་དག་པའི་ས་རྒྱུགས་སུ། ལུས་ནག་ཆེན་པོ་  
 གཅིག་བྱེད། ཡོད་པའི་ཆོས་རྒྱམས་ཐམས་ཅད་ལ། བྱུང་བར་ཀྱན་ལ་ཡོད་མོད་ཀྱི། ཆོས་རྒྱམས་ཀྱི་ལ་  
 རེ་རེ་ནས། ལུས་པ་འཕྲོ་བའི་གལ་དགོས། སྤྱོད་འགག་ཀྱི་ལ་རིམ་བཞིན་དུ། ལུས་པ་དེ་ཡིན་བྱུང་བ་ལྟར། །  
 དེ་བཞིན་ང་ལ་འང་མཚུངས་པ་ཡིན། ང་ནི་བདེ་པར་བྱུང་བ་ནི། གསལ་ནི་མི་ལོན་ཁ་མེད་དང་། མི་བྱེད་ཀ་



མེད་འགྲོ་དུག་གོ་སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་བཅོས་པ་ཡིན། །གདགས་གཞི་ཆོས་ཀྱི་ལ་དམིགས་ནས། །རྟོག་  
 པས་ཕར་ལ་བདགས་ནས་ནི། །བདེན་པར་གྲུབ་པ་འདུག་གོ་ཞེས། །ཁོར་ང་ཚོ་ཡིས་བཅོས་པ་ཡིན། །ཐག་ཁ་  
 ལ་ནི་སྒྲུལ་འཛིན་དང་། །མཐོ་ཡོར་ལ་ནི་མིར་འཛིན་དང་། །སྒྲིག་རྒྱུ་ལ་ནི་ཆུར་འཛིན་བཞིན། །ཁོར་ང་ཚོ་ཡི་  
 མཛོན་སུམ་ལྟར། །ང་ཡིས་བྱས་པ་མ་གཏོགས་པ། །བྱེད་སྤྱོད་འདོད་པོར་རང་མེད། །བཅོལ་བའི་ངོ་ལ་བྱས་  
 པ་ཅུམ། །ཨ་ཅང་ཅི་ཟེར་བ་རྣམས་པ་ཡིན། །བདེན་པར་གྲུབ་པ་འི་ངེས་ཤེས་ཀྱི། །ངེས་ངོ་སྤྱད་ངོ་གཉིས་ག་  
 ལ། །ཤེས་རབ་ཁྱོད་ནི་མི་སྤྱད་མོད། །མེད་པར་སྤྱད་བ་ག་ན་ཡིན། །མེད་པར་སྤྱད་ན་ག་ཏན་མེད་ཡིན། །  
 སྤྱིར་དུ་ཤེས་རབ་ལོས་ཡོད་མོད། །དེ་བཞིན་མེད་ག་ནས་ལྷགས་ལ། །མཉམ་པར་བཞག་པ་འི་ངེས་ངོ་དེར།  
 །ང་ནི་མི་སྤྱད་བ་ཡིན་ལ། །མེད་པར་སྤྱད་བ་ག་ན་ཡིན། །མེད་པར་སྤྱད་ན་ག་ཏན་མེད་ཡིན། །ག་ཏན་མེད་  
 མིན་པ་རི་རྒྱུ་མཛོན་ནི། །མཉམ་གཞག་དེ་ལས་ལངས་པ་ཡི། །རྗེས་ཐོབ་ཆོས་རྣམས་སྤྱད་བ་ནི། །བདེན་པར་  
 སྤྱད་ལས་འོས་ཅི་ཡོད། །དེ་ཅུམ་མ་ཟད་ས་བཅུ་ཡི། །རྒྱུ་མཐར་ཆུ་ན་དུ་བདེན་སྤྱད་ཡོད། །ཤེས་སྤྱིབ་ཟེར་  
 བའི་མིང་དུ་བདགས། །ང་ཉིད་ཡོད་པ་དེ་ཡིས་ཤེས། །ཁྱོད་ལ་འགལ་འདུར་གྱུར་རོ་ཨང་། །སྤང་བོ་བདེན་  
 མེད་བསྟོམ་པ་ཡི། །ངེས་ངོར་སྤྱད་པོ་མི་སྤྱད་མོད། །སྤང་བོ་མེད་པ་ག་ན་ཡིན། །དེ་བཞིན་ང་ལ་འང་མཆུངས་  
 པ་ཡིན། །བསྐྱེད་རིམ་བསྟོམ་པ་མཐར་ཕྱིན་པ་འི། །གང་ཤར་ལྟ་དུ་སྤྱད་བ་ཡི། །ངེས་ངོར་སྤྱད་པོ་དོས་བཅས་  
 འདི། །མི་སྤྱད་བས་ན་མེད་པ་མིན། །དེ་བཞིན་ལ་འང་མཆུངས་པ་ཡིན། །མཆུངས་པར་གྱུར་ན་ཁྱོད་ལ་  
 འགལ། །གཞན་ཡང་མཁས་ནས་བྱས་པ་འི་བར། །རྩོམ་པ་པོ་མི་ལ་བརྟགས་ནས། །བརྟམས་པ་འི་བརྟོན་བྱ་  
 མི་རྟོག་ཅིང་། །རྩོམ་པ་པོ་ལ་རྟོག་པར་བྱེད། །རྩོམ་པ་པོ་ནི་དངོས་རན་ན། །བརྟམས་དོན་བརྟོན་བྱ་ཅི་ཟེར་  
 གྱུར། །དངོས་རན་བྱིས་ག་བཞིན་པོར་ལྟར། །དེ་མཐུན་བརྟོན་བྱ་ཟེར་གྱུར་འཕོར། །ལ་ལ་རྩོམ་མི་ཆེ་ཆེ་མོ།  
 །མཁས་མཁས་ཅིག་གི་བརྟམས་ཆོས་དེ། །བརྟོན་བྱ་ཟེར་པར་མ་གྱུར་གྱུར། །དེ་ལ་ཡིད་ཆེས་ཚད་མར་

བྱེད། །དེས་ནི་དོན་དུ་འགྱུར་བ་དག་ལ། །དག་འཕང་དེ་ལ་ཉམས་ལེན་བྱེད། །དེས་ཀྱང་ངའི་འཕྲིན་ལས་  
 རྒྱས། །ཁྱོད་ལ་འཕྲིན་ལས་གན་ཡོད། །མཁས་པ་ཚོ་གཙོ་བོ་ལྟར་ལེན་པ། །བཟོད་བྱ་མི་ལྟོ་མི་ལྟ། །  
 མང་པོ་ཤེས་ཀྱང་གཅིག་ལ་བརྟགས། །བརྟགས་ཀྱང་གཞན་གྱིས་ཤེས་མི་འདོད། །ང་རྒྱལ་གཙོ་བོར་  
 འདོན་པ་ཡོད། །དེས་ཀྱང་ངའི་འཕྲིན་ལས་རྒྱས། །མཁས་ལ་དེ་ལས་མེད་ན་ནི། །སྤྱོད་པ་ཉམས་ལ་ཅི་ཆར་  
 ཡོད། །ཁྱོད་གྱི་འཕྲིན་ལས་གང་དུ་སོང། །ང་ནི་རྟག་དུ་རྒྱས་པ་ཡིན། །གཞན་ཡང་མཁས་པ་ལ་ལ་ནི། །  
 བརྟགས་པའི་བཟོད་བྱ་ཟབ་ལགས་ཀྱང། །གསུང་རབ་ཉམས་ན་མེད་པ་ཡི། །བཟོད་བྱ་དོན་གཅིག་  
 འདིར་ཡོད་མིན། །ཚོ་མ་མིའི་བཟོ་བྱ་ཁ་སྤྲེལ་ལ། །གཏིང་ནི་ཞེ་སྤང་གིས་བསྐྱེད་ནས། །ཁ་ལ་སྤིང་རེ་རྩོེ་  
 ཟེར། །ང་རྒྱལ་དབང་གིས་ཟབ་དོན་འཕོར། །དེ་ཡི་རྒྱུད་ལང་ཡོད་པས། །ཟབ་དོན་འཕོར་བ་མ་ཡིན་ནམ། །  
 དེས་ཀྱང་ངའི་འཕྲིན་ལས་རྒྱས། །ཁྱོད་ལ་འགལ་འདྲར་གྱུར་པ་ཡིན། །གཞན་ཡང་མཁས་པ་ལ་ལ་ནི། །  
 སྤྲེལ་གོང་མའི་གྲུབ་མཐའ་ནི། །བཟང་པོར་རྫོམ་པས་སློབ་སྦྱར་ནས། །ཟབ་དོན་ཟབ་ཀྱང་རང་གི་ནི། །གྲུབ་  
 པའི་མཐའ་དང་མ་མཐུན་ན། །འཕོར་བར་མ་ཟད་ཁ་གཏོང་བ། །དེ་ལ་འང་ང་ཉིད་ཡོད་པས་ལན། །ཡོད་པར་  
 གྱུར་ན་ཁྱོད་ལ་འགལ། །ང་ཉིད་རྒྱས་ལས་འོས་ཅི་ཡོད། །ཤེས་རབ་མེད་པའི་མཁས་པ་འགལ། །སྤྲེལ་  
 ཤར་ལ་རྒྱུབ་ཡིན་ཟེར། །དེ་འདྲའི་ཟབ་དོན་ཤོག་པ་ན། །དེ་ག་བདེན་པར་བཟུང་ནས་ནི། །ཡིན་ན་མ་ཡིན་མ་  
 གཏོགས་པ། །གཞན་གྱི་ཟབ་དོན་ཅི་བཟང་ཡང། །བསྐྱོམ་པ་ལྟ་ཞོག་གྲོག་མི་བྱེད། །དེ་ཡི་རྒྱུད་ལ་འང་ཡོད་  
 པས། །ཁྱོད་ལ་འགལ་འདྲར་བྱུང་ན་ཡང། །ངའི་འཕྲིན་ལས་རྒྱས་པ་ཡིན། །མཁས་ནས་གནག་རྩེ་མོ་  
 བར་གྱི། །སྤྱོད་པ་ཅི་ཆར་སྤྲེལ་ལ། །འབྲུལ་བ་ཞབས་ཏྲིག་བྱས་ནས་སྤྱ། །དོན་དུ་གཉིར་བྱ་ཟབ་དོན་ལུས། །  
 ལུས་ཀྱང་གང་བ་ལན་མ་བྱུང་ན། །བཟང་པོར་མ་མཐོང་དད་ལོག་བསྐྱོམ། །ཁ་ལ་ཆོས་ལུས་ལྟར་བྱས་ཀྱང།  
 །དོན་དུ་མེས་ལ་ནོར་འདོད་ལུགས། །དེ་ཡང་ངའིས་བྱས་པ་ཡིན། །དེས་ཀྱང་ཁྱོད་ལ་འགལ་འདྲར་

བྱུང། ཅི་ཕྱིར་ར་མེད་ཟེར་བ་འགལ། ལ་ལ་སྒྲུལ་གུས་གུས་བྱེད། འདོད་ཆོས་ཟབ་དགུ་བྱུང་ལགས་  
 ཀྱང། རབ་ལུར་སྒྲུག་གཅིག་མ་བྱུང་ན། ལྷེ་བ་སྒྲེ་ལོག་ནས་ལོག་ལྟ་བཤོམ། འདོད་ན་འབྲས་བྱ་དཔྱུལ་བར་  
 འཕེན། འདི་ཡང་དཔེས་བྱས་པས་ན། ཁྱོད་ཀྱི་ར་མེད་ཟེར་བ་འགལ། ཆོས་པར་སྒྲོམ་པ་ལ་ལས་ནི། ཆོས་  
 བྱི་གཞན་ལས་གལ་ཆེ་སྟེ། རང་གིས་ཅུང་ཟད་ཉམས་ལེན་ཏེ། རྟགས་མཚན་སྒྲུ་ཅིམ་བྱུང་བ་ལ་འད། རང་  
 ཉིད་བཟང་པོར་སྒྲོམ་པ་དང། གཞན་དག་ཉམས་ལ་ཐོས་སྒྲོག་བྱེད། བསྟོད་ར་ཅུང་ཟད་བྱུང་བ་ལ། ར་  
 རྒྱལ་ཁམས་གསུམ་གང་བར་བསྒྲོམ། འདི་ཡང་དཔེས་བྱས་པ་ཡིན། ར་མེད་ཟེར་བ་ཁྱོད་ལ་འགལ། ར་  
 ཡི་འཕྲིན་ལས་འདི་འདྲ་ན། ཁྱོད་ཀྱིས་སྒྲུག་ལུང་གང་དུ་བསྟུང། མཁས་དང་བསྒྲོམ་ཆེན་པ་ཆེར་གྱིས།  
 ཅུང་ཟད་སྒྲོམ་པར་བྱེད་ན་ཡང། རང་ཉིད་འདི་འདྲ་ཅིག་བསྟུང་ནས། སྒྲོམ་ཆོས་མར་དོས་ཡོད་པ་ལ། ལྟ་  
 མོ་བལྟ་བའི་ཚུལ་དུ་བསྒྲོམ། འདི་འདྲ་མཐོང་ན་ཁོས་བགད་འཆོར། ར་ཡི་འཕྲིན་ལས་འདི་འདྲ་ན།  
 ཁྱོད་ནི་ཡི་སྒྲུག་བསྒྲོམས་ཞན་འདྲ། འདི་ལས་དྲག་སྒྲོམ་ཁ་ཅིག་གིས། མཉམ་གཞན་གོན་ལ་འཛིག་ག་  
 མར། རང་ནི་ཡོད་ཡོད་འདྲ་ལགས་ཀྱང། བཞག་པའི་ཆོན་སེམས་དང་ནི། གཞན་གྱི་ཁ་ཁར་སྒྲོམ་  
 པར་བྱེད། ལ་ལ་བདེན་མེད་ལྟགས་བྱས་ནས། མེད་པ་ཁོ་སྒྲོམ་པར་བྱེད། སལ་ཆེར་ཤེས་པ་ཁོ་  
 བསྒྲོམ། ལ་ལས་གསལ་ཅོམ་སྒྲོམ་པར་བྱེད། འདི་ནི་ར་ཉིད་བསྒྲོམ་པ་ཡིན། ཡིད་བྱེད་བཀག་པའི་སྒྲོམ་ལ་  
 ནི། ཁ་ནི་གཏོར་ཞིང་དོན་ལ་ནི། ཡིད་དོར་སྤང་མེད་སྒྲོམ་པར་བྱེད། འདི་ནི་ཡིད་བྱེད་བཀག་པའི་སྒྲོམ་ལ་  
 འཛིན་སྤངས་འགལ་བ་གལ་ཡོད། འཛིན་དོན་འདི་ལ་མཁས་ཀྱང་ནི། འདྲེ་བ་བྱེད་པ་འིན་རྟ་དགལ། མགོ་  
 བོ་འཁོར་བའི་སེམས་མཚན་འདིར། ར་ལ་བདེན་མེད་བྱེད་པ་ཡོད། ར་ཡི་ཆོ་འཕྱུལ་ཆེ་ཐབས་འདིས། ཐར་  
 པ་ཐོབ་པ་ཉམས་རེ་དགལ། འཁོར་བ་སྤོང་བ་རྟོད་དེ་སྟོ། གཞན་ཡང་མཁས་པ་ལ་ལ་ནི། གཅིག་དང་  
 དུ་བྲལ་གཏན་ཆོག་གིས། འདྲེད་པ་བྱེད་བྱེད་འཛིན་ཁར་ནི། སེམས་ནི་དལ་ནས་གཉེན་པོ་ཡི། འཛིན་

ལྷངས་ལྷགས་དང་གསལ་པར་ཤོག། ཤོར་བ་མ་རིག་ཡོད་པའི་ལྷགས། ། བྱས་ནས་མཉམ་པར་འཛོགས་  
 འི་ཚོ། འདི་ཡིན་འདི་མིན་མེད་པ་ཡི། ཉང་པོའི་རང་ལ་མཉམ་པར་འཛོགས། ལ་ལར་བྱིང་ཚིང་སློག་ཞན་  
 ལྷགས། ལྷགས་པ་སྒྲུལ་མ་རིག་པར། རེ་ག་ཡུན་དུ་སྦྱོང་བར་བྱེད། ། བསྐྱོམ་པ་སྦྱོན་ཅན་ཡིན་བསམ་  
 མེད། བྱིང་ཚིང་སློག་ཞན་ཆེར་བྱུང་ན། མགོ་ནས་སྦྱར་སྒྲིམ་མི་བྱེད་པར། མཉམ་གཞག་དང་དུ་བཟོ་  
 བཅོས་བྱེད། བཅོས་བཅོས་མང་བཅོམ་གྱིས་ནི། གཉེན་པོའི་འཛིན་སྣངས་ཤོར་བ་ཡི། གསལ་པ་རིག་ཅམ་  
 དེ་སྒྲིམ་པར་བྱེད། རེ་ནི་ཤེས་པ་ཡིན་པས་ན། རེ་ཉིད་སྒྲིམ་པར་བྱེད་པ་ཡིན། རེ་ཉིད་བསྐྱོམ་བཞིན་མེད་  
 ཟེར་བ། སྦྱོང་ལ་འགལ་འདུ་ལྷགས་པ་ཡིན། མེད་དང་ཤིང་ནི་མ་སྟག་ན། ། ཤིང་ནི་འཆོག་པར་གལ་  
 འགྱུར། རེ་བཞིན་ར་དང་གཉེན་པོ་ནི། འཛིན་སྣངས་སྟག་པ་མང་ན་ནི། གཞོད་པ་སྒྲོལ་གང་ཉིད་རྒྱས། །  
 སྦྱོང་རང་འོ་བརྒྱལ་མ་བྱེད་ཅིག། མཉམ་གཞག་འདི་ཡི་ཐང་དུ་ནི། མཁས་པ་རྣམས་ཀྱི་དྲུགས་ས་ཡིན། །  
 སྟན་པོ་མགོ་བོ་འཁོར་ས་ཡིན། རེ་ཡི་འཕྲིན་ལས་རྒྱས་པ་ཡིན། ཤེས་རབ་རྒྱུ་བ་རྒྱ་ཆུང་པ་ཡིན། མཉམ་  
 གཞག་འདི་ཡི་རེས་རོ་ན། སྦྱང་ཚུ་ལ་ཅི་འདྲ་བྱུང་ཡང་ནི། བདེན་པར་སྦྱང་བ་ཁོ་ན་ཡིན། རྒྱོད་པ་ཆོས་  
 ཉིད་བདེན་མེད་སོགས། སྦྱང་ཡང་བདེན་པར་སྦྱང་བས་ན། གཤམ་མི་རུང་གི་ལྟ་བ་ཡིན། རྒྱོད་པ་ཆོས་  
 ཉིད་བདེན་མེད་སོགས། རེས་རོར་སྦྱང་བ་སྦྱོན་ཡིན་ན། རེས་རོར་སྦྱང་བ་ཡོད་དམ་མེད། མེད་ན་མཉམ་  
 གཞག་གང་ལ་བྱེད། བདེན་པ་བཀག་གཤམ་པའི་སྦྱང་ཉིད་ལ། འཛོགས་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ཟེར་ན། རེ་དག་རེས་རོ་  
 དེ་ལ་ནི། སྦྱང་ནས་འཛོགས་གམ་མི་སྦྱང་འཛོགས། སྦྱང་ན་སྦྱོན་ནི་སྦྱེམ་པ་གནས། སྦྱང་བ་མེད་པར་འཛོགས་  
 ཟེར་ན། རྒྱང་བ་བསྟུས་དང་ཡིད་བྱེད་བཀག་ག། ཡིད་ལ་བྱར་མེད་བསྐྱོམ་པ་དང་། ཅི་ཡང་མེད་པའི་སྒྲིམ་  
 རྣམས་ནི། རེ་ཡི་ཚུགས་ནས་བལྟས་ཅོད་ན། སྦྱང་པར་དབྱེ་བ་མེད་པར་གོ། སྦྱོང་རང་དབྱེ་བ་ཅི་ཡིས་འབྱེད།  
 རེ་ནི་བདེན་པར་མེད་པ་ཡི། རེས་ཤེས་ཡོད་པའི་སྦྱང་དེས་ན། སྦྱིར་དུ་རེས་ཤེས་ཡོད་མི་ཐན། མཉམ་

གཞག་དོན་དེས་པ་ཡིན། །དེས་དོར་དེས་ཤེས་ཡོད་ཟེར་ན། །དེ་ནི་དེ་ཉིད་ཡོད་པ་ཡིན། །ཅི་ཡང་མེད་དོ་  
ཟེར་ན་ནི། །ཅི་ཡང་མེད་པའི་སྒྲིམ་རང་ཡིན། །འཛིན་སྣང་ས་འགལ་བའི་གཉེན་པོ་མེད། །ང་ལ་ཅི་ཡི་ཕྱིར་  
ན་གོད། །ང་ནི་བདེན་མེད་དེས་པ་ཡི། །དེས་ཤེས་དེ་ཡི་འཛིན་སྣང་ས་ཀྱི། །རྒྱ་ནི་སྐྱོང་དོ་ཟེར་ན་ནི། །སྐྱོང་  
མཁན་སྤྱ་འདྲ་ཅིག་གིས་བྱེད། །སྐྱོ་ཅིག་ལས་ནི་འོས་མེད་མོད། །དེ་འདྲ་ས་མཚམས་གང་ན་ཡོད། །  
མཉམ་གཞག་དོན་ཡོད་ན་ནི། །དེ་ནི་དེ་ཉིད་ཡོད་པ་ཡིན། །ང་མེད་བསྒྲིམ་པ་གལ་ཡིན། །མཉམ་གཞག་  
སྒྲིན་དུ་ཡོད་ཟེར་ན། །མཉམ་གཞག་སྐྱོན་ལ་དེས་ཅི་ཡན། །མཉམ་གཞག་རྒྱེས་སུ་ཡོད་ཟེར་ན། །མཉམ་  
གཞག་རྒྱེས་ས་ནས་ཅི་ཞིག་སྐྱོང་། །མཉམ་གཞག་དུས་སུ་ཡོད་ཟེར་ན། །ཡོད་དུ་རྒྱག་མོད་ས་མཚམས་  
དང་། །སྤྱོད་ཀྱི་པའི་གནས་རྟེན་གནག་དུ་འཆར། །མཉམ་གཞག་རང་ལ་འཆར་ཟེར་ན། །མཉམ་གཞག་  
སྤྱོད་པ་ཉིད་ཡིན་པས། །དེ་ལ་རྟེན་བཅས་སྤྱོད་པ་ནི། །སྤྱོད་པ་སྤྱོད་པར་མ་སོང་བར། །སྤྱོད་པ་སྤྱོད་པ་མཉམ་  
གནས་ན། །འཇགས་ན་སྐྱུ་མ་ལྟ་བུ་ཙམ། །དེ་མིན་མཉམ་གཞག་སྤྱོད་པ་དུག་པས། །ང་ལ་མཉམ་གཞག་  
བྱས་བསྒྲིམ་ཡིན། །གཙོ་བོ་སེམས་རང་སྤྱོད་པར་ནི། །སོང་བའི་མཉམ་གཞག་ལ་གནས་ནས། །སེམས་ལས་  
གཞན་པའི་སེམས་བྱུང་སྟོ། །དེ་ཡིས་མཉམ་གཞག་སྐྱེད་ཞེ་ན། །དེ་ཡི་སྤྱོད་ས་གང་ན་ཡོད། །མཉམ་  
གཞག་དུས་སུ་ཡོད་ཟེར་ན། །སྤྱི་མའི་སྐྱོན་རྣམས་སོན་གནས། །མི་མངོན་ཚུ་ལ་དུ་ཡོད་ཟེར་ན། །སྤྱི་ནི་གཙོ་  
ཁས་ལོན་ལྟར། །གྲངས་ཅན་ལ་ནི་འགྲན་ནམ་ཅི། །ས་བོན་གྱིས་ཀྱང་སྤྱར་གྱུ་ནི། །མི་གསལ་བ་ཡི་ཚུ་ལ་  
བསྐྱེད་ལྟར། །བདག་སྐྱེ་ཁས་ལོན་གྲངས་ཅན་ནི། །ཕྱག་དོག་སྐྱེ་བར་མི་འགྱུར་རབ། །ལ་ལ་འདི་འདྲའི་  
སྤྱོད་ཚུ་ལ་། །མགོ་བསྐྱོར་མང་དུ་བཟེད་ནས་ནི། །ཅི་ཡང་ཡིད་ལ་མི་བྱེད་པའི། །སྐྱོན་གྱིས་མི་ཆོ་ཞེ་ལ་  
པོར་བསྐྱེ་ལ། །དེ་འདྲ་ས་ཅི་ཡང་མེད་པ་འདྲུང་། །འདི་དག་ང་ཡིས་བྱས་པ་ཡིན། །དེས་ན་དེ་ཉིད་ཡོད་པ་  
ཡིན། །ང་མེད་ཟེར་བ་སྤྱོད་ལ་འགལ། །དུལ་འཚམས་འཇིག་མཚམས་མ་ཤེས་ན། །འདི་ཡང་མགོ་བོ་

འཁོར་བའི་རྒྱ། ཉ་ཅད་དཔུང་པ་དག་ཏུ་གྱུ་ཞུ། དེ་ཡང་སྒྲིན་དུ་འགྱུར་བ་ཡིན། དཔུང་པ་མེད་ན་དེ་བས་  
 སྒྲིན། དཔུང་མཚམས་འཛོགས་ལ་མཁས་ན་ནི། མཁས་པའི་མཚོགས་གྱུར་ཅིག་དུ་འདུག། སྒྲིང་ལ་ཆོད་ཆོད་  
 མང་ཡོད་པས། བསམ་སྒྲོ་ཐོག་ལ་ལན་ཅིག་ཐོག་། ལྷ་སྒྲོ་མ་ཡི་སྤྲུགས་དོན་ནི། ཆོས་རྒྱམས་ཀུན་གྱི་རང་  
 བཞིན་ནི། རྒྱལ་པར་དག་པའི་བདག་ཉིད་དེ། འཕྲོ་ཞེས་པའི་རྒྱལ་ནི། བསྐྱེད་པ་ཀུན་གྱི་འཛོགས་བྱེད་ན།  
 རྒྱལ་ལ་འཛོགས་མཚམས་གང་དུ་བྱེད། ཆོས་རྒྱམས་རང་བཞིན་རྒྱལ་དག་ལ། མཉམ་པར་བཞག་པའི་  
 བཞག་དོན་དུ། རྒྱལ་ཡོད་མེད་ཇི་ལྟར་བྱེད། ཡོད་ན་དེ་ནི་ཀུན་རྫོབ་ཡིན། དེ་ནི་ར་ཡི་རྒྱལ་ཡིན། །  
 རང་བཞིན་དག་ལ་དགོས་པ་ཅི། མེད་ན་རྒྱལ་གང་དུ་འཛོགས། མཉམ་གཞག་དུས་སུ་འཛོགས་ཟེར་ན། །  
 རང་བཞིན་རྒྱལ་དག་ཆ་དེ་ནི། སྒྲིང་པ་ཉིད་ལ་ཟེར་བ་ཡིན། རྒྱལ་ཀུན་རྫོབ་ཆ་ཡིན་པས། མཉམ་དུ་  
 སྒྲིང་ལུགས་ཇི་ལྟར་བྱེད། རྒྱལ་སྒྲིང་པར་སོང་ཟེར་ན། རྒྱལ་སུ་ཡིས་འཛིན་པར་བྱེད། སྒྲིང་པར་  
 རྒྱལ་དུ་སོང་ན། ཡང་ན་སྒྲིང་པ་མེད་པ་ཡིན། ཡང་ན་རྒྱལ་མེད་པ་ཡིན། སྒྲིང་པ་མེད་པར་གྱུར་ན་ནི། །  
 སྒྲིང་པའི་མཉམ་གཞག་གང་དུ་བསྐྱེད། རྒྱལ་མེད་པར་གྱུར་ན་ནི། སྒྲིང་ལ་རྒྱལ་སུ་ཡིས་འཛིན། །  
 གཉིས་ཀ་ཡོད་པས་འདྲེས་ཟེར་ན། རྒྱུ་མ་ལྟ་བུའི་དོན་ཡིན་གྱི། སྒྲིང་པའི་མཉམ་གཞག་ག་ལ་ཡིན། །  
 མཉམ་གཞག་དོན་རྒྱལ་ནི། སྒྲིང་པར་གྱུར་ན་རྒྱང་མོད། ར་ནི་རྒྱན་དུ་འགྲོགས་པ་ལ། སྒྲིང་པར་  
 བསྐྱེད་པ་ག་ལ་དགོས། ཆོས་རྒྱམས་ཐམས་ཅད་དཀྱིལ་དུ་ནི། རྒྱལ་དེ་ནི་ཐེའམ་ཅི། ཐེའོ་ཞེ་ན་རྒྱལ་  
 ནི། རང་བཞིན་རྒྱལ་པར་དག་ཆར་སོང་། རྒྱལ་སུ་ཡིས་འཛིན་པར་བྱེད། རྒྱལ་དེ་རྒྱན་ཡོད་ཟེར་ན། །  
 རྒྱན་ཡང་ཐམས་ཅད་ལ་ཐེན། མི་ཐེ་ཐམས་ཅད་སྒྲོས་པ་ཅི། རྒྱལ་སྒྲིང་ཉིད་མ་ཞུགས་པར། དེ་ལ་ར་  
 རྒྱལ་འཛིན་ཞེ་ན། དེ་ནི་སྒྲིང་པ་ཉིད་ལ་ནི། ལྟ་དམོག་ལྟ་བུའི་རྒྱལ་འདྲ་བས། ར་མེད་བསྐྱེད་པ་མ་ཡིན་  
 པས། འཛིན་སྒྲིང་ས་འགལ་པའི་དོན་མེད་དོ། །ཤེས་རབ་ཁ་ལ་སྤྲོ་བ་ཅད་བྱིན། འོ་བརྒྱལ་བྱས་པའི་ཁ་ན

མེད། །ཤེས་ཀྱི་ཡི་མཁས་དོན་ཡང་། །ཡུལ་ནི་སྤོང་དང་ཡུལ་ཅན་ནི། །རང་བཞིན་དབྱེར་ནི་མི་བྱེད་  
 པའི། །བདག་པའི་རོ་ཞེས་བསྒྲུབ་ན། །ཡུལ་ཅན་སྐྱེ་ཡིས་བྱས་ནས་ནི། །རྒྱལ་ཅི་འདྲ་ཞིག་གིས་བསྒྲུབ་  
 ཡུལ་ཅན་མེས་ལ་བྱེད་པ་དང་། །རྒྱལ་ར་ཅམ་དེས་བྱེད་ན། །དེ་འདྲའི་སྤོང་ཉིད་དེ་ལ་ནི། །མཉམ་པར་  
 བཞག་པའི་བཞག་དེ་དེར། །རྒྱལ་དེ་ནི་ཡོད་དམ་མེད། །ཡོད་ན་ནི་ཉིད་ཡོད་པ་ཡིན། །མེད་ན་རྒྱལ་སྐྱེ་  
 ཡིས་འཛིན། །སྤོང་པ་ཉིད་དང་དབྱེར་མེད་པར། །ཞུགས་པའི་རྒྱལ་འཛིན་ཞེས། །སྤོང་ཉིད་རང་དབྱེར་དེ་ཅུ་  
 ནི། །རྒྱལ་ཀྱན་ཐོབ་ཡོད་དམ་ཅི། །ཡོད་ན་དམ་པོར་འདས་པ་ཡིན། །སྤོང་པ་ཉིད་དང་འབྲེས་ནས་ནི། །དབྱེ་  
 བཤེད་པ་མ་ཡིན་ན། །རྒྱལ་སྤོང་པར་སོང་བས་ན། །སྤོང་པས་རྒྱལ་འཛིན་ནམ་ཅི། །མཉམ་གཞན་དབྱེས་  
 སྐྱེ་ཡོད་ཟེར་ན། །མཉམ་གཞན་རང་དབྱེས་སྤོང་ཉིད་ཡིན། །སྤོང་ཉིད་རང་གི་དབྱེས་སྐྱེ་ནི། །རྒྱལ་ཡོད་ན་སྐྱེ་  
 མ་ཡི། །སྤོང་ནི་སོན་གནས་པ་ཡིན། །རྒྱལ་སྤོང་པ་གཉིས་པོ་ནི། །གཉིས་ཀ་མེད་པ་མ་ཡིན་པའི། །སྤོང་  
 སྤོང་ཚོགས་པར་གནས་ཞེས། །དེ་ནི་རྗེས་སྐོབ་སྤོང་ལུགས་ཡིན། །སྤོང་པའི་མཉམ་གཞན་གཤམ་པ་ཡིན། །  
 མགོ་པོ་འཁོར་བའི་ས་མཚམས་འདིས། །རལ་འཕྲིན་ལས་རྒྱས་རྒྱས་འདྲ། །ཤེས་རབ་ཕྱག་དོག་བྱེད་བྱེད་  
 འདྲ། །འདི་ཡི་སྐབས་སྐྱེ་ལ་ལ་ནི། །རང་ལ་སྤོང་གཏད་མ་བྱུང་བས། །སྤོང་གི་སྐབས་ནི་ཡིན་ཞེས་སྤྲོ། །  
 སྤོང་ལ་གཏད་སོ་མེད་པ་ནི། །དེ་བས་ཀྱང་ནི་རོ་མ་ཚར་ཆེ། །ལྷ་འོད་གསལ་བསྐྱེས་པ་ཡི། །སྤོང་མ་དེ་ལ་  
 མཉམ་འཛིན་ན། །དེ་འདྲའི་སྤོང་མང་ཅི་འདྲ་ཞིག། །རྟེན་དང་བརྟེན་པ་རིམ་གྱིས་ནི། །ལྷ་དའི་བར་དུ་བསྐྱེས་  
 བས་ནི། །ལྷ་དའི་དོར་བསྐྱེས་པ་ཡི། །སྤོང་མང་དེ་དང་རིམ་འཛིན་དང་། །རྗེས་གཞིག་སྤྱད་རིམ་བྱས་པ་  
 ཡི། །སྤོང་མང་དེ་དང་ཡིད་བྱེད་ནི། །འགག་པའི་སྤོང་པ་དེ་དང་ནི། །ཅི་ཡང་ཡིད་ལ་མི་བྱེད་པའི། །སྤོང་པའི་  
 རྣམ་པ་དེ་རྣམས་ཀྱི། །ཁྱད་པར་སྤྱི་རིམ་གཞན་གིས་འབྱེད། །ཡིད་ལ་སྤོང་བ་བསྐྱེས་མཉམ་དང་། །བསྐྱེས་  
 པའི་སྤོང་མང་འདྲ་མཉམ་དང་། །རམ་དང་བསྒྲུབ་པའི་གཉེན་པོ་ནི། །འཛིན་སྤངས་འགལ་བ་མེད་མཉམ་ན། །

ལུང་པར་ཡོད་ཅེས་ཙམ་གྱིས་ནི། །མི་མཛད་དབྱེ་བ་བྱེ་ཞིག་གོ། །སྒྲུང་ལ་རང་བཞིན་མེད་པ་ཡི། །དགྱིལ་  
 ལ་ཁོར་བསྐྱོམ་པ་སྒྲིལ་མོང་ནས། །དེ་ཉིད་ཉེར་བསྐྱུས་བསྐྱུས་པ་ཡི། །སྒྲོང་མང་དེ་ལ་སྒྲུང་གི་ནི། །རང་བཞིན་  
 མེད་པ་འི་འཛིན་སྒྲུང་ས་དེ། །ཡོད་པ་ས་གཉིན་པོ་འགལ་ཞེ་ན། །ཅང་མེད་བསྐྱོམ་པ་འི་གང་ཟག་དེ། །སྐྱེ་བ་  
 ཐོག་མ་མེད་པས་ན། །རང་བཞིན་མེད་པ་འི་ཚིག་ཙམ་ཅིག་། །སྒྲིལ་ཆད་ཐེང་གཅིག་བསྐྱོམ་སྒྲོང་ནས། །རང་  
 བཞིན་མེད་པ་འི་འཛིན་སྒྲུང་ས་དེ། །ཡོད་པ་ས་གཉིན་པོ་འགལ་བར་མཆུང་ས། །མཉམ་གཞག་སྒྲོང་པ་འི་  
 དུས་སུ་ནི། །འཛིན་སྒྲུང་ས་འགལ་བ་འི་སྐྱོམ་མེད་ན། །སྒྲིལ་ཆད་ཡོད་དོ་ཟེར་བ་དང་། །སྐྱེ་ཆད་བསྐྱོམ་མོ་  
 ཟེར་བས་ནི། །མཉམ་གཞག་སྒྲོང་དུས་གང་ལ་པས། །ལྟོགས་དུས་ཟ་རྒྱུ་ལྟེ་སྤྲུལ་མེད་ན། །ནང་ན་ཅུམ་པ་  
 ཡོད་ཞན་པར། །ལ་ལས་སེམས་དང་རྒྱ་ད་ནི། །ཁ་ཁར་བྱས་ནས་རྒྱ་ད་ནི། །སྤྱད་པའི་དེ་ལ་སེམས་གྱིས་ནི། །  
 བཟུང་བ་འི་ཚུལ་དུ་བྱས་ནས་སྤྲ། །སེམས་ནི་དེ་ཁར་བསྐྱད་ནས་ནི། །རྒྱ་ད་བཟུང་བ་འི་སྒྲོང་མང་ལ། །སེམས་  
 གྱིས་བཟུང་བ་འི་ཚུལ་དུ་བྱེད། །དེ་འདྲ་སྐྱོམ་གྱི་གང་ལ་ཐེ། །ལ་ལས་སེམས་དང་རྒྱ་ད་གཉིས། །དབྱེར་མེད་  
 བྱས་ནས་རྒྱ་ད་ནི། །བཟུང་བ་འི་སྒྲོང་མང་དེ་ལ་ནི། །དེ་གར་བསྐྱད་པ་འི་སེམས་གྱིས་བཟུ། །རྒྱ་མཚན་ཅི་ཡི་  
 སྤྱིར་ན་ནི། །རྒྱ་ད་འི་སྒྲུང་བ་བཟུང་བ་ཙམ། །སེམས་ནི་དེ་གར་ལུས་པ་ཡི་ན། །སེམས་ཀྱང་མཉམ་དུ་དག་ཅི་  
 བ། །མི་ནི་གསོན་པོར་མེར་བསྐྱེད་པ་ཆོ། །སྤྱད་པོ་ཆོག་ཆོ་སེམས་ཆོག་གས། །སྤྱད་པོ་གཏན་མེད་གྱུར་པ་ན།  
 །སེམས་ཀྱང་གཏན་མེད་གྱུར་ཏམ་ཅི། །རྒྱ་ད་འི་སྒྲུང་བ་ཞིག་པ་ན། །དེར་འཛིན་སྐྱོ་ནི་མི་སྐྱེ་བ། །བྱེད་བྱས་སྤྲ་  
 བ་འི་ལྟ་བ་པར། །དེ་འདྲ་འདི་ནི་མི་འདོད་དམ། །རྒྱ་ད་འི་སྒྲུང་བ་ལ་ལ་བ་ལ། །བདེན་པར་མེད་པ་འི་དོན་  
 འཛིན་ན། །ནམ་མཁའ་སྤྱིན་སྤྱང་ལ་ལ་བ་དེ། །སྤྱིན་གྱི་གནས་ལུགས་ཡིན་ལགས་སམ། །སེམས་ནི་རང་  
 གི་ངོས་ནས་ནི། །རང་བཞིན་མེད་པ་འི་དོན་ཅིག་ལ། །སེམས་གྱི་གནས་ལུགས་མ་བྱས་ན། །ངའི་འཕྲིན་  
 ལས་རྒྱས་སུ་འགོ། །དེ་བཞིན་ཆོས་རྣམས་ཀུན་ལ་མཆུང་ས། །སྒྲོང་པ་ཉིད་གྱི་གོ་བ་ནི། །རྣམ་པར་དག་པ་མ་



ཆགས་ཤིང་། །སྤྱི་མཐི་མན་ངག་མེད་པ་དང་། །རང་དགར་ལམ་འདི་ལ་འཇུག་པའི། །སོ་སྤྱི་རྣམས་ལ་  
 མགོ་བོ་ནི། །འདི་ཡི་ཐང་དུ་འཁོར་ས་འདུག་། །དེས་ན་སྤྱི་མ་མཁས་པ་བསྟེན། །བསྟེན་པ་ཙམ་གྱིས་མི་  
 མཆོག་པས། །སྤྱོད་དོགས་ལེགས་པར་ཞིབ་པར་ནི། །བཅད་ནས་ངེས་ཤེས་སྤྱིང་ནས་ནི། །འདྲོངས་ཀྱང་  
 ཆོས་པར་མ་མཛོད་པར་། །དོམས་པ་མེད་པར་ཆད་ཅིག་ཡང་། །དལ་འབྱོར་དོན་ཡོད་མཛོད་ཅིག་ཡང་། །  
 བདེན་འཛིན་པ་ཡིས་དང་གང་མ་ཡིན། །ཤེས་རབ་ཁ་པོ་ཆེ་ཡང་ནི། །ཤེས་རབ་ཡུད་ཙམ་ཅིག་ལ་ནི། །ཁ་པོ་  
 །ཁམས་གསུམ་གང་པར་འདོན། །ཁམས་གསུམ་འཁོར་བའི་སེམས་ཅན་ཆོ། །ཁྱེད་རང་ཆོ་ཡི་ངོས་ནས་ནི། །  
 ད་ནི་བདེན་པར་མ་བཟུང་ན། །ད་ཡི་ངོས་ནས་ཁྱེད་ཆོ་ལ། །བདེན་པའི་ཆ་ནི་རྒྱལ་ཙམ་མེད། །བདེན་གྲུབ་  
 རྒྱལ་ཙམ་མེད་པ་ལ། །ཡོད་པ་ལྟར་དུ་མ་འཛིན་ཅིག། །ཤེས་རབ་གྱིས་ནི་ལན་སྤྲུལ་པ། །ཆོས་སྐྱར་ར་རྒྱལ་  
 འཛོགས་པ་ལ། །ལབས་ལབས་ཇི་ལྟར་མང་ལགས་ཀྱང་། །རོལ་བརྒྱ་ཤལ་བ་གཅིག་གིས་ཆོད། །ལེགས་  
 པར་ཉོན་ལ་ལན་ཐོབ་ཅིག། །སྤྱི་མཐི་དཔེ་ལ་ལན་ཐོབས་ན། །དོན་ལ་ལན་ནི་ཐོབས་པར་འགྱུར། །ཆུ་ཤར་  
 ཐེད་ཐེད་པ་གཉིས་ནི། །གཅིག་ཀྱང་ཐིམ་པའི་ཆོན་ནི། །དེ་གཉིས་དབྱེ་བ་ཡོད་དམ་མེད། །ཡོད་ན་ཆུ་གཉིས་  
 ཁྱོད་གྱིས་ཐུ། །མེད་ན་སྤྱི་མཐི་ཆུ་དེ་ནི། །རྟིང་མཐི་ཆུ་རུ་མོང་ངམ་ཅི། །མོང་ན་སྤྱི་ཆུ་ཐིམ་གང་། །མིང་གི་  
 ཁྱེད་པར་ཡོད་དམ་མེད། །ཡོད་ན་སྤྱི་མཐི་ཆུ་དེ་གང་། །མེད་ན་སྤྱི་མཐི་ཆུ་དེ་ནི། །རྟིང་མར་སྤྱག་པ་མ་ཡིན་  
 བཅ། །སྤྱག་ན་མིང་གི་ཁྱེད་བྱུང་བས། །དེ་ཡང་ཁྱོད་ལ་འགལ་བ་ཡིན། །འདྲེས་ནས་འབྱེད་རྒྱུ་མེད་ཟེར་ན།  
 །འདྲེས་དུས་རང་དུ་སྤྱི་ཆུ་དེ། །ཡོད་དམ་མེད་པ་ཁྱོད་གྱིས་སྤྱོས། །མེད་ན་སྤྱག་བཞིན་གང་དུ་མོང། །མོང་  
 པ་གང་བའི་རྒྱ་མཆོན་ཅི། །ཡོད་ཀྱང་འདྲེས་ནས་དབྱེ་བ་ནི། །འབྱེད་མི་ཐུབ་ཀྱང་ཡོད་ཅི་ན། །མི་གསལ་  
 བ་ཡི་ཚུལ་ཡོད་དེ། །ཁྱེད་རང་སྤྱིང་དུ་འཁོར་གསུམ་མོ། །དེ་བཞིན་ཆོས་སྐྱའི་ར་རྒྱལ་ལ་འད། །མཚུངས་  
 པར་གྱུར་པ་འདི་ལྟ་སྟེ། །ཡུལ་ཅན་བདེ་བ་ཆེན་པོ་དང་། །ཡུལ་ནི་སྤོང་བ་ཉིད་གཉིས་ནི། །དབྱེར་མི་ཐེད་

པའི་བདག་ཉིད་དེ། །རའོ་ཞེས་པའི་ར་རྒྱལ་ལ། །བཞག་པར་གྱུར་པ་ཙམ་གྱིས་ནི། །དེ་ནི་སྟོང་ཉིད་རང་དེར་  
 ལྷགས། །རྒྱལ་རྒྱུ་བཞག་ཇི་བཞིན་ནོ། །སྟོང་ཉིད་དུ་ལྷགས་ར་རྒྱལ་ནི། །མཉམ་གཞག་དོན་མེད་མོད་ཀྱང་།  
 །མཉམ་གཞག་དུས་དེར་ཡོད་ཀྱང་ནི། །དབྱེ་བ་འབྱེད་པར་ག་ལ་རྣམས། །ཆོས་ཙན་བདེ་བ་ཆེན་པོ་ལ་འདར། །  
 དེ་བཞིན་དཔེ་ནི་མཚུངས་པ་ཡིན། །འོན་ར་རྒྱལ་གང་དུ་འཛིན། །ར་རྒྱལ་མཉམ་གཞག་དུས་སུ་འཛིན། །  
 འཛིན་ཚུལ་རང་གི་དངོས་གཞི་ནི། །ཡུལ་ཙན་བདེ་བ་ཆེན་པོ་དང་། །ཡུལ་ནི་སྟོང་པ་ཉིད་གཉིས་ནི། །དབྱེར་  
 མེད་རོ་གཅིག་གྱུར་པ་ཡི། །བདག་ཉིད་དེ་ནི་རའོ་ཞེས། །ར་རྒྱལ་དེ་ཡི་འཛིན་སྟངས་ནི། །མེད་དགག་ཙམ་  
 གྱི་གསལ་པར་དང་། །ལྷགས་ལྷན་དྲག་ལ་གྱི་མས་པ་ཡི། །རྒྱུན་ལ་མཉམ་པ་བཞག་ནས་ནི། །བྲིངས་ཇོད་  
 མེད་པར་སྟོངས་ཤིག་གོ། །འདི་དང་སྐབས་ནི་འག་འཁྱིལ་དུ། །གཞོན་རྣམས་བདེ་བ་སྟོང་བ་བཞིན། །བཞིན་དུ་  
 མེད་པའི་ཉམས་ཅིག་ཡོད། །སྐྱགས་པས་མི་ལམ་མིས་པ་བཞིན། །སྤྱུ་མེད་པའི་ཉམས་ཅིག་ཡོད། །འདི་  
 དག་ཁྱོད་གྱིས་གོ་བ་མེད། །གོ་ཡང་ཁྱོད་ནི་མ་རིག་པས། །ཡིད་ཆེས་བྱེད་པར་ག་ལ་འགྱུར། །ཁྱོད་གྱི་ཐང་  
 དུ་གསལ་རྒྱུ་གོ། །རྒྱ་དེ་ལ་འཛིན་ཇོས་གཞིག་མོགས། །འོད་གསལ་སྤྱད་དོན་འདི་ལྟ་སྟེ། །ཉི་མའི་འོད་  
 གྱིས་སྒྲུབ་པས་ལ་བས། །ཆོས་ཀུན་གསལ་པར་སྒྲུབ་པ་ལྟར། །དེ་བཞིན་ཤེས་རབ་འོད་གྱིས་ནི། །བདེན་འཛིན་  
 སྒྲུབ་པ་བསལ་བ་ཡི། །འཛིན་སྟངས་མེད་དགག་ཙམ་ཞིག་ལ། །གསལ་པར་ལྷགས་ལྷན་དྲག་གྱི་མས་པའི། །  
 རྒྱུན་གྱི་མཉམ་གཞག་སྟོངས་ཤིག་གོ། །འོད་གསལ་ཞེས་སུ་བདག་གསལ་པ་ཡིན། །ཁེམས་དང་རྒྱ་དབྱེར་མེད་  
 དེ། །དེ་འདྲའི་འོད་གསལ་དུ་ལྷགས་པས། །དེ་ནི་སྟོང་པར་ལྷགས་པ་ཡིན། །ཤེས་རབ་འོད་གྱིས་ཁེམས་གྱི་  
 ནི། །བདེན་འཛིན་སྒྲུབ་པ་བསལ་བ་དེ། །ཁེམས་གྱི་གནས་གནས་ལྷགས་ཡིན་ལགས་ན། །བདེན་འཛིན་ཁ་  
 ལ་སྤྱོད་བཅད་བྱིན། །གནས་ལྷགས་འདི་ལ་སྟོངས་པས་ན། །ཁྱོད་ལ་རིག་མིང་བྱུང་མོད། །ར་ནི་མཁའ་ལ་ཉི་  
 རྩེ་འདར། །ཤར་བ་ཙམ་གྱིས་སྒྲུབ་པ་མེལ། །ཁྱོད་ནི་གཏི་མུག་རང་བཞིན་ལས། །འལྷག་ལྟར་ལུས་པ་མ་

ཡིན་ནམ། ཁྱད་ལ་ནི་སྒྲིམ་ཅི་དགོས། རྟེན་དང་བརྟེན་པ་འདི་དགྱི་ལ་འཁོར་ནི། །བསྐྱེད་པ་ལ་ཡང་ཁྱོད་གྱི་  
 བློ། །འཛིན་སྣང་ས་འགལ་བ་འདི་གཉེན་པོ་ཡོད། །དེ་ཡི་རྒྱ་མཚོ་ནི་ཕྱིར་ན། །ལུས་སེམས་བདེན་པར་མེད་  
 པར་ནི། །ངེས་པ་འདི་སེམས་ཤེས་པ་ཉིད་གྱི། །འཛིན་སྣང་ས་སྣང་པ་ཉིད་ལྷགས་པ་འདི། །གཟུང་ན་མ་རྟེན་དང་  
 བརྟེན་པ་ཡི། །དགྱི་ལ་འཁོར་དུ་ནི་ཤར་བས་ན། །ཐམས་ལེས་གྱི་བདེན་སྣང་དེ། །སྣང་ལ་རང་བཞིན་མེད་  
 པ་ཡི། །ལྷ་སྐྱུར་བསྐྱེད་མས་པས་བཀག་པས་ན། །ངེས་ངོར་ལྷ་སྐྱུ་མ་གཏོགས་པ། །ཐམས་ལེས་གྱི་བདེན་སྣང་  
 མེད། །ངེས་ངོར་མི་སྣང་བ་ཡིན་གྱི། །མེད་པར་སྣང་བ་མ་ཡིན་ནོ། །མེད་པར་སྣང་ན་གཏན་མེད་ཡིན། །སྣང་  
 རོའི་བདེན་སྣང་མ་ཞི་ཡང་། །ངེས་ངོར་ལྷ་སྐྱུ་བསྐྱེད་པ་དེ། །ཇཾར་འཕེལ་ཞིང་རྒྱས་པ་ཡི། །དབྱེར་མེད་  
 བརྟེན་པ་ཐོབ་གྱུར་ན། །སྣང་རོའི་བདེན་སྣང་གཏན་འཁགས་པས། །དེ་གཉིས་སྣང་མེད་འ་མཐོང་མན་བཞིན། །  
 ཞེན་པ་འང་དེ་བཞིན་མཚུངས་པ་ཡིན། །སྣང་པ་ཉིད་ལ་གཉིས་སྣང་ནི། །རྒྱལ་པ་ཞེས་བྱ་དེ་ནས་འབྱུང་། །  
 ཁྱོད་དང་འཛིན་སྣང་ས་འགལ་བ་ཡི། །གཉེན་པོ་ཡོད་པ་མགོ་བའི། །ལུས་ཆེན་ལ་བཙོངས་ཞེན་འདྲ། །  
 སེམས་དང་རྒྱད་དབྱེར་མེད་དེ། །སྣང་ལ་རང་བཞིན་མེད་ཡིན་པ། །དེ་ནི་འོད་གསལ་ལ་དུ་ལྷགས་པས། །ཁྱོད་  
 དང་འཛིན་སྣང་ས་འགལ་བ་ཡི། །གཉེན་པོ་ཡོད་པ་ཞེན་པ་ཉིད་མི། །འོད་གསལ་ལ་སྣང་པ་ཉིད་ལྷགས་པས། །མེ་  
 བློ་འབར་བ་ཉིད་གྱི་ཁར། །ཤིང་ནི་བསྐྱེད་པ་ཉིད་དང་མཚུངས། །འདི་འདྲའི་ཚུལ་ནི་གཅིག་ཤེས་ན། །དེ་  
 བཞིན་གྲུན་ལ་བསྐྱེད་མཛོད་ཡང་། །བདེན་འཛིན་གྱིས་ནི་ལན་སྒྲིམ་པ། །ཁྱོད་དང་ཆོག་སྤང་མཁས་པ་  
 འགལ། །ཐ་སྣང་ལ་བས་ཆོ་འགྲིག་འགྲིག་འདྲ། །མཉམ་གཞན་གྲོག་ལ་འཛོག་ཁར་དང་། །ཆོག་སྤྱོད་ཚུན་  
 ཆད་སྤང་ཁ་མོ། །མཉམ་པར་བཞག་པ་འདི་དོར་ནི། །ཁྱོད་དང་མཁས་པ་བསྐྱེད་མཆོན་འགལ། །ཅི་སྐྱོམ་འདི་  
 སྐྱོམ་མེད་པ་དང་། །ཅི་ཟེར་འདི་ཟེར་མེད་པ་དང་། །གར་འགྲོ་འདི་འགྲོ་འདི་གཏོ་ལ་མེད་ཅིང་། །བདེན་པར་  
 མེད་དང་གཏན་མེད་གཉིས། །ངོ་དོར་དབྱེ་བ་འབྱེད་མི་ཐུབ། །དེ་འབྱེད་ཐུབ་པར་མ་གྱུར་ན། །ཡོད་དང་

བདེན་པར་ཡོད་པ་གཉིས། རི་དེར་དབྱེ་བ་མི་བྱེད་པས། །མཐའ་གྱིས་ལ་ནི་གནས་པ་ཡིན། རེ་ཡང་ར་ཡི་  
 ཤེས་པ་དོད་དོ། རི་དེར་དབྱེ་བ་མི་བྱེད་ན། །ཐ་སྐད་ལ་བྱེ་ཐན་པ་མེད། རི་དེར་དབྱེ་བ་མི་བྱེད་པས། །མགོ་  
 བོ་འཁོར་ཚད་དེ་རུ་འཁོར། རི་དེར་དབྱེ་བ་འབྱེད་ཟེར་ན། །འདི་དག་ལ་ནི་ལན་ཐོག་ཅིག། ར་ནི་བདེན་  
 པར་མེད་པ་ལ། །མཉམ་པར་བཞག་པ་འི་བཞག་ངོ་དེར། ར་ནི་བདེན་པར་མེད་ལགས་ཀྱང། །སྟོང་གཞི་  
 ཚེས་ཅན་དེ་ནི། །བཞག་ངོ་དེ་ནི་ཡོད་དམ་མེད། །ཡོད་ན་དེ་ཉིད་ཡོད་པས་ན། །རྟག་པ་འི་མཐར་ནི་མ་ལྟར་  
 ར་མ། ར་མེད་བསྟོམ་པ་འི་དོན་ཅི་ཡོད། །མཉམ་གཞག་ངོ་ན་མེད་མོད་ཀྱང། །མཉམ་གཞག་ངོ་ན་མེད་  
 མོད་ཀྱང། །མཉམ་གཞག་དུས་སུ་ཡོད་ཟེར་ན། །ཡོད་པ་དེར་ནི་ད་ཡོད་པས། རེ་ནི་ར་ཡི་མཉམ་གཞག་  
 ཡིན། ར་མེད་བསྟོམ་པར་ག་ལ་འགྱུར། །མཉམ་གཞག་དུས་དེར་མེད་ཟེར་ན། །ཆད་པ་འི་མཐར་ནི་མ་  
 ལྟར་ར་མ། །སུ་ཞིག་བདེན་པར་མེད་པར་བསྟོམ། །སྟོང་གཞི་མེད་པ་འི་སྟོང་པ་དེ། ཅི་འདྲ་བ་ཅིག་ཁྱོད་གྱིས་  
 སྟོམ། ར་ནི་སྟོང་པར་དག་ཟེན་ནས། །ཡོད་ཀྱང་དབྱེ་བ་མི་བྱེད་ན། ར་བྱེད་མེད་ཀྱང་ར་དེ་ནི། །ཡོད་པ་གང་  
 འདྲར་ཡོད་ཀྱང་ནི། རེ་ཡོས་རུ་ར་ཡོད་པས། ར་མེད་བསྟོམ་པར་ག་ལ་འགྱུར། རེ་གང་ཡི་མཉམ་  
 གཞག་ནི། །ཡིན་པ་ཁྱོད་གྱིས་མ་ཤེས་པར། །བསྟོམ་པས་ཚེས་སྐྱོ་ཐོབ་ལ་རེ། རེ་འདྲའི་རྒྱ་འབྲས་ལ་  
 མཚན་ཅན། །ཁྱོད་གྱིས་ཤེས་ནང་ལས་ནི། །ཁྱོད་རང་རང་མ་རིག་ཏུ་འདུག། རེ་ལྟ་ཡིན་ན་རྣམས་རྟོག་ནི། །  
 ཚེས་སྐྱོ་ཡིན་པ་ཅིས་མི་འཐད། །མེས་མཚན་ཐམས་ཅད་ཐོག་མེད་ནས། །འབད་མེད་ཅི་ཕྱིར་གྲོ་ལ་མི་  
 འགྱུར། རེ་འདྲ་དེ་ཡང་ར་ཡི་གྲོགས། ར་ལྟ་འི་བསྟོམ་པ་ཕལ་མོ་ཆེ། །སྟོམ་ལུགས་དེ་ལྟར་བྱེད་པ་ནི།  
 ཤིང་གི་དགྱིལ་གྱི་སྒྲིན་བུ་ཡིས། ར་གྱི་ལ་དུ་ལུགས་ནས་ཤིང་ཟ་ལྟར། །ཁ་ལ་ར་མེད་བསྟོམ་མོ་ཟེར། །  
 བསྟོམ་བྱའི་དགྱིལ་དུ་ར་བཅུག་ནས། །བསྟོམ་པས་དེ་ཉིད་འཕེལ་བ་ཡིན། །འདི་ཚུ་ལ་མ་ཐིངས་བསྟོམ་པ་  
 ར་ལ། ཤེས་རབ་གྱིས་ནི་ལན་སྒྲིས་པ། །བྱད་མེད་བྲམ་མོའི་ཁ་ཐག་བཞིན། །ཅལ་ཅོལ་མང་ཡང་དོན་གོ་

[illegible]

བཞིན་དེ་ག་བདེན་མེད་དུ། །བསྐྱོམ་གྱི་གཞན་དུ་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ཡིས་རྟག་མཐར་ལྷུང་བ་མེད། །དེ་ག་བདེན་  
 མེད་བསྐྱོམ་པ་ལ། །ཤིང་སྤྱོད་གྲགས་པ་དཔེ་ཡི་མཚུངས་པ་ལ་ཁྱུ་ལ། །དེ་ག་བདེན་མེད་མི་བསྐྱོམ་པར། །  
 །འཛིག་ན་ཤིང་སྤྱོད་མཚུངས་པ་ཡིན། །མཉམ་གཞན་དུ་སྒྲུབ་མེད་ན། །སྤྱི་གཞན་བདེན་པར་མེད་པར་  
 །བསྐྱོམ། །སྤྱོད་གཞི་མེད་པའི་སྤྱོད་པ་དེ། །ཅི་འདྲ་བ་ཅིག་ཁྱོད་གྱིས་སྒྲོམ། །འཁོར་གསུམ་བྱུང་ལ་ངོ་ཚོ་མེད། །  
 །ཁོང་འོག་འགལ་ལ་ཁྱེད་གཞུང་མང། །གཏི་མུག་རང་མ་རིག་གི་མི། །སྒྲུབ་ཤད་དོན་དུ་ཚང་ངོ་མང། །  
 །ཁོ་བོ་བདེན་པའི་ཚོགས་སྤྱི་ཡི། །ཁོང་གྱི་བརྟུན་ཚོགས་སྤྱི་ཚོས་འདི། །རང་གཞན་མགོ་བོ་འཁོར་བའི་རྒྱ། །  
 །བརྟུན་པ་སྤོངས་ལ་བདེན་པ་སྒྲོམ། །ཡང་པའི་རྒྱལ་ཁམས་ཉི་ཤར་འདྲ། །སྤྱལ་ཅུང་ལྷ་དོར་ཇི་བཞིན་དུ། །  
 །ཀུན་དགའ་བློ་གྲོས་འཕེལ་ཕྱིར་ཡིན། །མཁས་པས་ཁྱེད་བར་དགོངས་ན་འད། །བཟོད་པ་གནས་ལྷགས་  
 །དང་དུ་བཞེས། །བདག་ལ་སྤྲིག་མེད་མཛད་དུ་གསོལ། །ཅས་པ་འདི་ཡང་བཅུན་པ་བློ་བཟང་ཚོས་གྱི་རྒྱལ་  
 །མཚན་གྱིས་སྤྲུམ་པ་དགོ་ལེགས་སྤྲུག་ཅིག། ། ། མི་བཟད་སྤྲིགས་མས་སྤྲུགས་པའི་དུས་མཐར་འདིར། །  
 །རྒྱལ་བས་བསྐྱུགས་པ་དཔེན་པའི་རི་ཁྱོད་དུ། །ཚུལ་ཁྲིམས་དག་པའི་གཞི་ལ་གནས་བཅས་ཏེ། །སྐྱོམ་  
 །གསུམ་དགོ་ལ་བཅོམ་ན་མས་སྤྲུལ་བ་བཟང། །



